- सपनों की दुनिया यथाथ से कही अधिक रगीन, अधिक मोहक, अधिक लुभावनी, अधिक रोमाचक या अधिक भयावह, अधिक गमगीन या द्रावक होती ह।
- स्वप्न कल्पना मात्र नही, प्रत्युत एक पूण विधान ह।
- सपने में अवचेतन मन अधिक सक्रिय होता ह और हम जाग्रत् अवस्था से अधिक प्रज्ञावान्, अधिक सवेदनशील होते ह।
- सपने अपनी प्रतीकात्मक भाषा में कही हमें परामश और निर्देश देते ह, कही मागदशन करते हैं।
- वैदिक युग से लेकर अब तक स्वप्न विषयक जितना चिन्तन देश विदेश में हुआ, उस का नवनीत

•

स्वप्नलोक

•

सादर
श्री धर्मवीर भारती
को

स्वप्नलोक

*

हरिमोहन शर्मा

भारतीय ज्ञानपीठ प्रकाशन

लोकोदय ग्रन्थमाला
सम्पादक एवं नियामक
लक्ष्मीचन्द्र जैन

ग्रन्थांक ३१४
प्रथम संस्करण माघ १९७१

स्वप्नलोक

(स्वप्न निबन्ध)

हरिमोहन शर्मा

प्रकाशक
भारतीय ज्ञानपीठ
३६२०/२१ नेताजी सुभाष मार्ग दिल्ली ६

मुद्रक
सम्मति मुद्रणालय,
दुर्गाकुण्ड मार्ग वाराणसी १

° ° ° °

SWAPNA LOK
(Dream Essays)
Harimohan Sharma

Published by BHARATIYA JNANPITH
3620/21 Netajee Subhash Marg Delhi-6
(*Phone* 272582 *Gram* JNANPITH Delhi 6)

Price
Rs. 10/ Only

मूल्य दस रुपये

निवेदन

यह पुस्तक आदि से अन्त तक स्वप्नविषयक अनेकानेक मौलिक और आधुनिक तथ्यों एवं विचारों से ओतप्रोत है, पर इस में स्वयं मेरी मौलिकता केवल इतनी है कि मैं ने इन बिखरे हुए तथ्यों और विचारों को बीन बीन कर तारतम्य से एक साथ पिरो कर प्रस्तुत कर दिया है, जिस से इन्हें एक स्वरूप मिल सके।

इस पुस्तक में मैं ने जिन पुस्तकों और पत्र-पत्रिकाओं की सामग्री का सहारा लिया है, उन के लेखकों और प्रकाशकों के प्रति मैं हृदय से आभारी हूँ। प्रत्येक उद्धरण या अवतरण का सन्दर्भ यथास्थान दिया गया है। यदि आभार-स्वीकृति में किसी उद्धरण या अवतरण का उल्लेख भूल या असावधानी से रह गया हो, तो लेखक क्षमाप्रार्थी है।

पाठकों से अनुरोध है कि वे पुस्तक में अज्ञान या असावधानी के कारण रह गयी भूलों की ओर लेखक का ध्यान आकर्षित करें तथा पुस्तक को और अधिक ज्ञानवर्द्धक और उपयोगी बनाने के बारे में अपने मूल्यवान् सुझाव अवश्य भेजें।

यदि इस पुस्तक को पढ़ कर पाठकों के मन में सपनों के बारे में इस से भी अधिक जानकारी प्राप्त करने की इच्छा जाग्रत हुई, तो मैं अपने श्रम को सार्थक समझूँगा।

—हरिमोहन शर्मा

बम्बई १ जनवरी १९७१

अनुक्रम

●

सपनों की रहस्यमयी दुनिया

आइए एक ऐसे लोक की यात्रा करें जो उस लोक से सर्वथा भिन्न है, जिस में आप इस क्षण जी रहे हैं।

इस अदभुत लोक की यात्रा के लिए किसी अंतरिक्ष-यान पर सवार नहीं होना है और न विशेष तैयारी ही करनी है। सिर्फ सो जाइए और देखिए—अपने ही अवचेतन मन की अथाह गहराइयों में दबे इस रहस्यमय लोक—स्वप्नलोक—की यात्रा आरम्भ हो गयी।

जगत् की स्वप्नवत् विचित्रता

जब आप कोई असामान्य सपना देख कर जागते हैं तब कैसा लगता है आप को ?

नहीं लगता कि आप एक ऐसी नयी नवेली, निराली नशीली और रंगीन दुनिया की सैर से लौटे हैं जो अवास्तविक होते हुए भी वास्तविक लगती थी जहां भूत भविष्य और वर्तमान एकरूप हो गये थे और जहां आप एक से अनेक हो गये थे—सपना में चल रहे नाटकों के पात्र भी उस के निर्देशक भी और स्वयं उस के दर्शक भी जहां आप अपने को वर्तमान की अपेक्षा अधिक समझदार लग रहे थे।

काश ! आप की इस स्वप्न यात्रा का चलचित्र तैयार हो सकता तो वह निश्चित रूप से आप की ही नहीं मानव लोक की किसी भी कृति से कहीं अधिक व्यापक कलात्मक व्यंजक विचित्र रंगीन और प्रभावान होता !

आप ने अनुभव किया होगा सपना कैसा भी हो अति सुखदायी या अति दुःखदायी, नशीला या डरावना उस का खुमार या आतंक काफ़ी देर तक मन पर छाया रहता है। और, जब तक यह प्रभाव मन पर रहता है यह सुध नहीं रहती कि जाग रहे हैं या दुबारा कोई और सपना देख रहे हैं। ऐसे क्षणों में सारा जगत ही स्वप्नवत लगने लगता है। स्वयं जीवन भी एक लम्बा सपना लगता है।

जीवन और जगत की इस स्वप्नवत विचित्रता को ही आंग्ल कवि स्विनबर्न ने इन शब्दों में व्यक्त किया है

A dream a dream is it all—the season
The sky the water the wind the shore;
A day—born dream of divine unreason
A marvel moulded of sleep—no more;

"सब कुछ स्वप्न ही है—स्वप्न ही—ऋतु आकाश, जल, वायु, तट ?
दिन क्या है ? दिव्य निर्बुद्धिता की कोख से जनमा सपना
नींद के साँचे में ढला एक कौतुक—बस ?"

हम काल को उस के खण्डित रूपों—मिनट, घण्टे दिन महीने और वर्ष—में ही जानते हैं। पर सपने काल की इस सीमा में नहीं बँधते। क्षण भर में भूत और भविष्य की अनेक अनुभूतियाँ सपना में साकार हो सकती हैं।

सपने क्या हैं यह प्रश्न सृष्टि के आरम्भ से ही मानव के सामने रहा है। अलग अलग युगों में अलग अलग व्यक्तियों ने अपने अपने अनुभवों और अपनी कल्पनाओं के आधार पर सपनों और उन की निराली भाषा को समझने का प्रयत्न किया है। सपनों को ले कर वैज्ञानिक प्रयोग बराबर चल रहे हैं। पर कोई कभी भी साहसपूर्वक नहीं कह सका है कि उस ने सपनों के बारे में अन्तिम जानकारी प्राप्त कर ली है। अवचेतन मन की जिन अंधेरी और अज्ञात तहों में सपनों का जन्म होता है, वे अगाध और अज्ञात तल हैं। एक कठिनाई यह भी है कि मनोविज्ञान जब मन की अतल गहराई में उतरता है तब भाषा असमर्थ हो जाती है। जब तक मानव इस गहराई में पूरा प्रवेश नहीं करेगा और उन रहस्यमयी प्रक्रियाओं को पूरी तरह नहीं जानेगा जिन से सपनों का जन्म और विकास होता है तब तक सपनों के बारे में जानकारी पूरी नहीं हो सकती।

प्रत्यक्ष अनुभवों और प्रयोगों के आधार पर आदमी ने सपनों की रहस्यमयी दुनिया के बारे में अब तक जितनी जानकारी प्राप्त की है, वह भी काफी रोचक ज्ञानवर्धक और उपयोगी है। वह जान गया है कि सपने न भगवान् की लीला हैं और न मानसिक तरंगों का साकार रूप। यह सच है कि कभी कभी वे मन के अंधेरे कोनों में दबी दमित इच्छाओं को साकार करते हैं भविष्यवाणी करते हैं अपरिहार्य सच्चाइयों को अभिव्यक्त करते हैं भूली हुई यादों को उभारते हैं अलौकिक सृष्टियों का निर्माण करते हैं दूरानुभूति कराते हैं पर वे केवल इतना ही नहीं करते। उन की सार्थकता और महत्त्व इस से बहुत अधिक है।

आत्मा का नवमूल्यांकन—सपनों के माध्यम से

अधिकांश व्यक्ति सपनों को क्षणभंगुर और समझ में न आने वाली मनोलीला मानते हैं। पर अपने पूरे जीवन को अधिक आनन्दमय और रचनात्मक बनाने के लिए सपनों का अध्ययन बहुत आवश्यक है। जीवन का प्रायः आधा भाग जिस

अचेतावस्था—निद्रावस्था और दिवास्वप्नावस्था—में व्यतीत होता है, सपने उसी अचेतनावस्था के प्रतीकात्मक उद्‌गार हैं। यह तथ्य इस अध्ययन को अत्यन्त महत्त्वपूर्ण और सार्थक बना देता है।

इसी बात को आधुनिक युग के महान् मानसशास्त्री जुंग ने इन शब्दों में कहा है "अन्तश्चेतना की गतिविधियाँ मानवप्रकृति के आधारभूत तथ्यों का पुनर्मूल्यांकन कर हमारे आत्मा का नवमूल्यांकन घटित करती हैं। और, चेतना से परे की हमारी अन्तश्चेतना में क्या विद्यमान है इस का कुछ आभास हमें सपनों के माध्यम से ही हो पाता है।"[1]

नारायण चिंतामणि महानंदे की एक कविता है—"सपनों की डायरी", जो उन कतिपय चेतनास्तरों को प्रकाशित करती है, जो सपनों द्वारा सर्वेक्षित होते हैं। नीचे दिया गया है, इस कविता का अनुवाद, जो दिनकर सोनवलकर ने किया है[2]

सपनों की डायरी

सपने
यदि रख पायें अपनी गुप्त डायरी
और करते रहें नोट उस में
जाग कर बिताये हुए प्रहर
और सुखमय नींद के प्रहर
तो पता नहीं, तट के कितने तट होंगे आलोकित,
या उपलब्ध हों नये मनोविश्व
जिन्हें कोई चुरा न सके
सपनों की डायरी के कुछ पृष्ठों पर
शायद निश्चित रूप से मिले
किसी कोमल इन्द्रधनु का नश्वर अभियान
कि कैसे वह उग आया शून्य हृदय में
और क्षणों को रंग गया उन्माद से
वासना का भर गया आसक्ति से
किन्हीं दूसरे पृष्ठों पर निश्चय ही दौड़ता मिलेंगी
छायाएँ काली
भयानक कैंसर की तरह, जो विकृत हो कर भीतर ही भीतर फैलता है
जड़ें जमाता हुआ असन्ताप
और विषैले परिणामों को जन्म देती हुई चिन्ताएँ

१ The Interpretation of Dreams—Modern Library
२ भारती—१० मई १९६८

कुछ अन्य पष्ठ होंगे कोरे
सहज शुभ्र
आस्था से आश्वस्त सूय सदश जसे कोई कदी रात की जजीरों स मुक्त
बया इन्हीं पष्ठों क मौन में लिखी ह
भूमिका किसी अज मे आनन्द की

सपनों में हमें अपने ही यक्तित्व के विभिन्न आयाम दिखाई पडते हैं। इसी प्रकार, सपने हमें परेशान कर रही किसी समस्या को नाटकीय और प्रतीकात्मक रूप में प्रस्तुत कर उस के विभिन्न पहलुओं को उजागर करते ह।

मन की ग्रथियो और कुण्ठाओ को समूल और सम्पूर्ण रूप स नष्ट करने के लिए गीता के अनुसार—' समदृष्टि वाले योगी को आत्मा को सभी प्राणियों में स्थित देखना चाहिए, और आत्मा में अनेकानेक प्राणियों को अभेद भाव से स्थित देखना चाहिए।' एकत्व की यह दृष्टि हम सपनों के वास्तविक स्वरूप को समझ कर प्राप्त कर सकते हैं। सपने क सभी पात्रों में स्व ही समाहित ह यह अनुभूति हमें समत्व की मानसिक स्थिति की वास्तविकता का जो योग का वास्तविक अथ ह समझाती ह।

इसी प्रसग में यह भी कहा जा सकता ह कि दीघ चिन्तन के बाद, युग मनीषी जुग के मन में जिस सामूहिक अवचेतना' का विचार आया था वह भारत के चिन्तकों और मनोविज्ञान विशेषज्ञों को हजारों वष पहले ही सूझ चुका था। दिलचस्प बात यह ह कि स्वय जुग के मन का यह विचार तब मूत हुआ जब उन्होंने स्वय को अनेकानेक स्तरों पर (जो वास्तव म ऐतिहासिक कालों के प्रतीक थे) बने एक भवन का अध्ययन करते पाया।

फ्रायड—वेदवाणी के नूतन प्रवक्ता

प्राचीन साहित्य म स्वप्नविषयक प्रचुर सामग्री उपलब्ध होती ह।

अथववेद म स्वप्नों और दु स्वप्नों से सम्बन्धित अनेक सूक्त ह। एक सूक्त में कहा गया ह— हे स्वप्न! मैं तेरी उत्पत्ति को जानता हू।' एक अन्य सूक्त में कहा गया ह— हम दु स्वप्न से भयभीत ह। उस का भय दूर हो। हे स्वप्न! तू अन्त कराने वाला ह।[2]

ऋग्वेद क एक मत्र में प्रार्थना की गयी ह— 'दु स्वप्न देव! तुम ने मन पर अधिकार कर लिया ह। हट जाओ भाग जाओ दूर जा कर विचरण करो। दूरस्थ *निऋति देवता से जा कर कहो कि जाग्रत व्यक्ति के मनोरथ विशाल होते ह।'*[3]

---

१ १६।२।५।१-२-३
२ १६।२।६।२
३ १ ।१६४।१

वदिक ऋषि सम्भवत दु स्वप्नों को अशुभ और पापकर्मों के परिणाम मानते थे। वे यह भी मानते थे कि दु स्वप्न व्यक्ति मानस से सवथा असम्बद्ध हैं।

मनोविश्लेषण के संस्थापक फ्रॉयड ने एक ओर जहाँ अतश्चेतना के अविज्ञात प्रदेशों में विद्यमान अनिष्टा अन्धकारों और विकृतियों पर प्रखर प्रकाश डाला है, वहाँ दूसरी ओर सपना की उत्पत्ति का मूल कारण सेक्स का दमन माना है। ऋषि अथर्वा ने सेक्स के महान् आतरिक बल को स्वीकार करते हुए कहा है—'हे कामदेव! तुम उग्र हो, स्वामी हो। अपने दु स्वप्न को अपनी निधनता का तुम उस पर भेजो, जो हम पराजित कर के विपत्ति में डालने का प्रयत्न करता है।'' [1]

वदा के ऋषि मानते थे कि प्रार्थना अथवा योगबल से दु स्वप्न के परिणाम को किसी अन्य व्यक्ति को भेजा जा सकता है। अथर्ववेद के एक सूक्त में ऋषि कहते हैं— हे चाक्षुष! दु स्वप्न से प्राप्त फल का अमुक गोत्रवाले अमुकी के पुत्र में भेजता हूँ।' [2]

जिस प्रकार, फ्रॉयड ने स्वीकार किया है कि काम (सेक्स) का किसी शुभ दिशा में परिशोधन (Sublimation) व्यक्ति को महान् बना देता है उसी प्रकार अथर्ववेद में ऋषि ने एक सूक्त में काम (सेक्स) के कल्याणकारी शरीर की ओर सकेत किया है और उस की सूक्ष्म से स्थूल परिव्याप्ति की ओर भी सकेत करते हुए उसे नमस्कार किया है। ''जो दु स्वप्न मेरे मन और नेत्र का अच्छा नहीं लगता, जो मुझे प्रसन्न नहीं करता, जो मुझे भक्षण करता हुआ सा प्रतीत होता है, उस दु स्वप्न को मैं कामदेव की स्तुति करता हुआ शत्रु की ओर छोड कर उसे चीरता हूँ। हे कामदेव! तुम्हारा जो कल्याणकारी शरीर है, उस के द्वारा तुम जिसे वरण करते हो, वही सत्य है।'' [3]

महाभारत के रचयिता श्री व्यासदेव स्वप्नों को भावी शुभाशुभ परिणामों और घटनाओं का सूचक मानते थे। ब्रह्मसूत्र में उन्होंने कहा है—''श्रुति से सिद्ध होता है, तथा स्वप्नशास्त्र के ज्ञाता कहते हैं कि स्वप्न भविष्य में होने वाले शुभाशुभ परिणामों के सूचक होते हैं।'' [4]

लगता है कि उपनिषद-काल तक प्राचीन भारत में स्वप्न विज्ञान पर पर्याप्त शोध हो चुकी था। वेनोपनिषद् में वर्णित सौयमिणी पिप्पलाद वार्ता में स्वप्न प्रक्रिया का अत्यन्त सूक्ष्म और विशद विवेचन किया गया है। [5] सौयमिणी के स्वप्न-सम्बन्धी प्रश्न के उत्तर में महर्षि पिप्पलाद कहते हैं

---

१ प्रश्नोपनिषद् प्रश्न ४।६
२ १६।३।७-८
३ ९।२।२ २।३ २५
४ ब्र ३।२।४
५ ४।३।७

"स्वप्न अवस्था म जीवात्मा अपनी विभूति का अनुभव करते हुए देखे हुए दृश्यो का पुन देखता ह सुनी हुई बातों का पुन सुनता ह विभिन्न देशा और दिशाओं में अनुभव की गयी बाता को पुन अनुभव करता ह। इस के अतिरिक्त वह स्वप्न में *वह सब कुछ भी देख लता ह जा उस ने पहले कभी नहीं देखा था। वह भी सुन लता* ह जा उस ने पहले कभी नहीं सुना था। इस प्रकार वह स्वयं सब कुछ बन कर सब कुछ देख सकता ह।'

ठीक यही बात महर्षि याज्ञवल्क्य भी कहते ह—'जोवात्मा ही स्वप्न बन कर इस लोक तथा मृत्यु के अनक रूपो का अतिक्रमण करता ह स्वप्नावस्था म न रथ हैं, न रथ में जुतने वाल अश्व और न वह माग हा जिस पर रथ चलता ह। परन्तु जीवात्मा स्वप्नावस्था म स्वय रथ, अश्व और माग बन जाता ह। स्वप्नावस्था में न मोद ह न आनद पर जीवात्मा इस अवस्था म उन की भी रचना कर लेता ह। स्वप्न में उस *जो सरोवर नदियाँ आदि दिखाई देती ह, उन का स्रष्टा भी वह स्वय ही ह।*[1]

सपनो क प्रयोजन क विषय में याज्ञवल्क्य और फ्रायड के दृष्टिकोणा में काफी समानता दिखाई देती ह। दोना की ही मान्यता ह कि स्वप्न के मूल में व्यक्ति की *वासना ही होती ह और वह स्वप्नावस्था म अपनी दमित इच्छाओ की पूर्ति करता ह।*

प्राचीन काल मे दुस्वप्न

आधुनिक स्वप्नविशेषज्ञों के अनुसार पुनजन्म की कल्पना हमार पुरखा के मन मे तब आयी होगी जब उन्हाने अपन को और अपने पूवजो को एक साथ सपनो में नये और अपरिचित परिवशा में देखा होगा।

प्रागैतिहासिक काल म आदमी का विश्वास था कि स्वप्नावस्था में उस की आत्मा उसे छोड कर विभिन्न लोको में विचरण करती ह और देवतागण स्वप्नो में अपने आदेश देते ह और अपनी वाणी सुनाते ह। यह विश्वास जब तक कायम रहा आदमी सपनो म दविक आदेश पाने के लिए व्रत उपवास रखता रहा और पूजा पाठ *करता रहा।*

अग्नि-पुराण में कहा गया ह— निद्रा क पश्चात आने वाली स्वप्नावस्था म शरीर अपनी समस्त इन्द्रियो सहित पूर्ण विश्राम करता ह। किन्तु मन जागता रहता ह और स्थूल शरीर स निकल कर सूक्ष्म लोको म भ्रमण करता ह। इन लोका में जो कुछ वह देखता ह उस के प्रतिबिम्ब बराबर आत्मा पर पडते रहते ह। इन्ही प्रति *बिम्बो का हम स्वप्न कहते ह।*

इसी पुराण में स्वप्नदर्शियो का परामश दिया गया ह कि वे किसी महत्वपूर्ण काय को आरम्भ करन मे एक रात पूव यह प्राथना करे – 'ह महाप्रभु! स्वप्नो क माध्यम से मुझ यह निर्देश दो कि अभिलषित काय का कसे सम्पन्न करू?'

---

१ म ३।२।४

'शतपथ ब्राह्मण में दुःस्वप्नों को मिटाने के लिए अपामार्ग वनस्पति की पूजा करने का परामर्श दिया गया है। अथर्ववेद में भी कहा गया है कि दुःस्वप्न आते ही, करवट बदल कर एक विशेष मन्त्र का पाठ करना चाहिए।

दुःस्वप्न का प्रभाव टालने के लिए विष्णु भक्त, अपने मुँह को स्वच्छ कर, 'विष्णु सहस्रनाम' का पाठ करते हैं। विष्णु सहस्रनाम में विष्णु को दुःस्वप्ननाशक माना गया है।

वेदों में ग्यारह प्रकार के दुःस्वप्नों को अशुभ और अपशकुनयुक्त माना गया है—(१) काले दाँतों वाला व्यक्ति जो हत्या करने को तत्पर हो। (२) वराह। (३) स्वप्न देखने वाले व्यक्ति पर झपटती हुई जंगली बिल्ली। (४) यदि स्वप्नदर्शी सोना खा कर उसे थूकता हुआ दिखाई पड़े। (५+६) यदि स्वप्नदर्शी मधु या कमल की जड़ खाता दिखाई पड़े। (७+८) यदि स्वप्नदर्शी किसी गाँव में गधों या वाराहों के साथ जाता दिखाई पड़े। (९) यदि स्वप्नदर्शी किसी काली गाय और काले बछड़े को दक्षिण की ओर हाँकता हुआ दिखाई पड़े। (१०+११) यदि स्वप्नदर्शी लामन्ग पौधा पहने या स्वयं को माला पहनाता हुआ दिखाई पड़े।

प्राचीन भारतीय स्वप्न सिद्धान्त

दुःस्वप्नों के अन्तिम रहस्यात्मक तत्व को जानने के प्रयास में आदमी ज्यों-ज्यों अग्रसर हुआ है त्यों-त्यों नयी पहेलियाँ सामने आ कर उसे चुनौती देती रही हैं। आज भी दुःस्वप्नों के प्रयोजन और अर्थ के बारे में आदमी की जानकारी अपूर्ण ही है।

लेकिन, स्वप्नों के कारण उत्पत्ति और विकासादि पर हमारे पुरखों ने यथेष्ट विचार और प्रयोग किये थे कारण उन की स्वप्न सम्बन्धी मान्यताएँ मात्र कल्पना ही नहीं, प्रयोगसिद्ध भी प्रतीत होती हैं।

प्राचीन भारतीय चिन्तकों के अनुसार सृष्टि के आरम्भ में महत्तत्व, अहंकार, तन्मात्राओं एवं महाभूतों के साथ-साथ तीन गुण—सात्विक, राजसिक और तामसिक—उत्पन्न हुए। और उन्हीं के साथ उत्पन्न हुई तीन अवस्थाएँ—जाग्रत स्वप्न और सुषुप्ति। जाग्रत और सुषुप्ति के बीच की अवस्था स्वप्नावस्था है।

प्राचीन भारतीय स्वप्न सिद्धान्त की बारीकियों को तो समझते ही थे। यह भी जानते थे कि अनेक स्वप्न जन्म-जन्मान्तरों से सम्बन्धित होते हैं और अनेक सपनों का क्रम कई वर्षों तक चलता है।

योगसूत्र' में स्वप्न की व्याख्या इस प्रकार की गयी है 'जब व्यक्ति स्वेच्छापूर्वक अथवा स्वभावतः सुषुप्ति से वेसुधि तथा चेतनावस्था से अचेतनावस्था में प्रविष्ट होता है तो चेतना और अचेतना की मिश्रितावस्था में अर्द्धचेतन स्थिति में रहता है। यही स्वप्नावस्था है। इस अवस्था में व्यक्ति अपने शरीर और मन की प्रधान वृत्तियों के अनुसार चित्त में दृश्य देखता है, जिन्हें स्वप्न कहा जाता है। पित्तप्रधान व्यक्ति

को स्वप्नो में अग्नि और प्रकाश से सम्बन्धित दृश्य दिखाई देते ह। वातप्रधान व्यक्ति को प्राय आकाशगमन सम्बन्धी दृश्य दिखाई देते ह। कफप्रधान व्यक्ति स्वप्नो में प्राय जल तथा जलाशयो के दृश्य देखते ह।'

सपनो द्वारा आत्मसाक्षात्कार सम्भव

'योगसूत्र' में यह भी बताया गया ह कि स्वप्न को साधन बना कर मनुष्य किस प्रकार उस के द्वारा स्वप्न जागरण और सुषुप्ति से परे की तुरीयावस्था को प्राप्त कर सकता ह। यह भी बताया गया ह कि स्वप्नावस्था को अधिकृत कर के उसे समाधि का रूप दिया जा सकता ह, और इस समाधि से आत्मसाक्षात्कार सम्भव ह।

इसके लिए पहले अपने सकल्प बल से स्वप्न को स्वप्नमात्र म देखने का प्रयास करना पडता ह। स्वप्नावस्था में देह और मन अचेत हो जाते ह। इसलिए स्वप्नावस्था *में वस्तुएँ अपने वास्तविक रूप में दिखाई नही पडती। कि तु जब कोई अपनी इच्छा* और सकल्प शक्ति से मन और देह को अचेत कर स्वप्न देखता ह तो स्वप्नों में दिखाई देने वाले दृश्य यथाथ होत ह—भूत भविष्य और वतमान के वास्तविक दृश्यों से युक्त। स्वप्नो में अतृप्त वासनाओ एव कर्मों का भी निष्क्रम होता ह।

यदि स्वप्न को स्वप्नमात्र के रूप में देखने का प्रयास किया जाये, अर्थात स्वप्न *देखने वाले को यह अनुभूति रहे कि वह स्वप्न ही देख रहा ह कोई वास्तविक दृश्य* नही, तो स्वप्नो में उसे न सुख की अनुभूति होगी न दु ख की। इस प्रकार उसे आत्म साक्षात्कार तो होगा ही, अपरिग्रह भी सिद्ध हो जायेगा कारण उसे विश्व की परिवतनशीलता का पता चल जायगा।

इस सिद्धि का फल योगसूत्र के अनुसार यह ह— अपरिग्रहस्थर्ये ज म कथतासबोध।'

योगसूत्र के अनुसार आवागमन के तथ्य स परिचित योगी स्वप्नवत अस्थिर ससार से छुटकारा पाने के लिए प्रयत्नपूवक जाग्रत् को भी स्वप्नवत मान कर जीवन म दहिक और मानसिक भोगो को समाप्त करते चलते हैं।

आजकल योगनिद्रा की बात करना पुरातन य की बात समझी जाती ह। पर यह एक रोचक तथ्य ह कि आधुनिक विज्ञान और मनोविज्ञान न योगनिद्रा के अस्तित्व और महत्त्व को स्वीकार कर लिया ह। चकोस्लोवाकिया और रूस के अनक वज्ञानिक अपनी प्रयोगशालाओ में अनेक वर्षों स यह जानन का प्रयत्न कर रहे ह कि शीतसमाधि *तथा अन्य यौगिक विधियों द्वारा किस प्रकार भारतीय योगी अपनी शारीरिक और* मानसिक क्षमताओं का आश्चयजनक विकास कर लेत हैं।

इस सम्बन्ध में श्री अरविन्द का यह कथन महत्त्वपूर्ण ह हिन्दू धम या आधुनिक भौतिक विज्ञान दोनों में स कोई भी इस सत्य पर सन्देह नहीं करता कि जब मन बिल्कुल निष्क्रिय हुआ ह तब समस्त चराचर-सृष्टि में सक्रिय प्राकृतिक शक्तियों

मुक्त क्रीडाएँ करती हैं। मनुष्य की इच्छा से स्वतन्त्र क्रिया करने की शक्ति के अस्तित्व का पहला सच्चा प्रमाण भौतिक विज्ञान को सम्मोहन और योगनिद्रा में प्राप्त हुआ है।

यूनानी दार्शनिक अरस्तू का भी विश्वास था कि 'सर्वश्रेष्ठ मानव वही है जिस के सपनों के कार्य कलाप दूसरे लोगों के जाग्रतावस्था के कार्य-कलाप के समान होते हैं।'

योगनिद्रा में सूक्ष्म लोकों के दर्शन

नींद एक भौतिक आवश्यकता है, और योगनिद्रा आध्यात्मिक। प्राचीन काल के भारतीय ऋषि जागृति और सुषुप्ति दोनों स्थितियों का पूरा तरह रस लेकर एकान्त वन विजनों में प्रकृति के सूक्ष्म लोकों के प्रत्यक्ष दर्शन करते थे। पश्चिम की युवा पीढ़ी आज 'एल० एस० डी०' तथा अन्य मादक दवाओं के सेवन से कृत्रिम नींद में सोकर सूक्ष्म लोकों और अलौकिक दृश्यों का अवलोकन करती है। आज भी तिब्बत के लामाओं का दावा है कि वे योगनिद्रा के सामर्थ्य से भूत और भविष्य को जान सकते तथा एक शरीर से दूसरे शरीर में पहुँच सकते हैं।

यूँ तो ऐसे अनेक वैचित्र्यपूर्ण प्रसंग वर्षों से सामने आये हैं पर उन के इस दावे के प्रत्यक्ष प्रमाण हैं—तीन आधुनिक ग्रन्थ जो ऐसे व्यक्तियों द्वारा लिखे गये हैं जिन का योगनिद्रा अथवा किसी भी अगोचर शक्ति से कभी कोई सम्बन्ध नहीं रहा। पर जिन के प्रामाणिक वर्णन उन के द्वारा अचेतनावस्था में अगोचर लोकों के प्रत्यक्ष दर्शन की साक्षी देते हैं। ये वर्णन निरे काल्पनिक या आनुमानिक नहीं हैं वरन उतने ही ठोस सत्य हैं जितना 'पैरा साइकालोजी' (परा मनोविज्ञान) की अलौकिक मानी जाने वाली उपलब्धियाँ जिन के बारे में विश्व भर में वैज्ञानिक प्रयोग हो रहे हैं।

उपरोक्त ग्रन्थ हैं—टी० लोबसंग रम्पा कृत 'थर्ड आई', सुप्रसिद्ध जहीर कृत 'मंगोलिया की मरुभूमि की आध्यात्मिक यात्रा' और चीन स्थित डेनियल वारे नामक इटलीवासी कृत 'द मेकर आफ हेवनली ट्राउजर्स'।

आगे प्रस्तुत है—इन तीनों ग्रन्थों में वर्णित अगोचर शक्तियों और सृष्टियों के प्रत्यक्ष सम्पर्क का संक्षिप्त विवरण, जो इन तीनों लेखकों ने अचेतावस्था में योगनिद्रा में किया।

'थर्ड आई' के लेखक एक ऐसे अँगरेज थे, जो कतई पढ़े लिखे नहीं थे और न ही उन्होंने कभी तिब्बत की यात्रा की थी। फिर भी उन्होंने तिब्बत के आध्यात्मिक जीवन का वर्णन जिस बारीकी से किया है वह सौ फ़ीसदी सच है। लेखक महोदय का कहना था कि वे वास्तव में एक तिब्बती लामा हैं, और सूक्ष्म आत्मशक्ति द्वारा, मात्र इस ग्रन्थ के प्रणयन के लिए, उन्होंने अपना चोला त्याग कर एक अंगरेज का चोला ग्रहण किया है, और इस नये जीवन का अनुभव करने के बाद वे पुनः लामा बन जायेंगे। (यह प्रसंग आद्य शंकराचार्य की याद दिलाता है जिन के बारे में कहा जाता है कि उन्होंने राजा अमरुक के शव में प्रवेश करके राजसी भोग भोगे।)

इस पुस्तक में वर्णित घटनाओं ने दुनिया के लाखों पाठकों को विस्मय विमुग्ध किया है, पर स्वप्न विज्ञान पर शोध करने वाले एक आधुनिक वैज्ञानिक का अन्तर्मन के इस प्रकार के विस्मयों क विषय में कहना है कि "हम जाग्रतावस्था में जिन बातों के उचित रहस्यों को न समझ पाने के कारण विस्मय अनुभव करते हैं स्वप्नावस्था में, जब समस्त इन्द्रियों के साथ शरीर पूर्ण विश्राम करता है, जाग्रत मन स्थूल शरीर से निकल कर सूक्ष्म लोकों में भ्रमण कर, उन्हीं विस्मयों को साधारण दृश्यों की भांति देखता है। इन दृश्यों का जो प्रतिबिम्ब हमारे मन पर पड़ता है, उन्हें ही अलौकिक स्वप्न कहा जाता है। साधारण व्यक्ति ऐसे अलौकिक स्वप्नों को जाग्रत होने पर स्मरण नहीं रख पाता, और ऐसे दृश्यों के बारे में जान कर विस्मय अनुभव करता है।"

बन्धनमुक्त स्वप्नों में आत्मा का परलोक विचरण

'थर्ड आई' के लेखक ने जिस स्थिति में सूक्ष्म लोकों से सम्पर्क स्थापित किया, उस के सम्बन्ध में उन का कहना है 'हम लामाओं की मान्यता है कि स्वप्न में अथवा सिद्धि-बल से शरीर को त्याग कर आत्मा के विचरण करते समय शरीर और आत्मा का सम्पर्क जीवन डोरी से ही स्थापित रहता है। इस डोरी के टूटने को ही हम मृत्यु मानते हैं। इस डोरी का इच्छानुसार सचालन करने की शक्ति केवल सिद्धों में ही होती है—पर लाखों, करोड़ों में से कोई एक ही कठिन साधना करके सिद्ध बन पाता है।' उन की कहानी इस प्रकार आरम्भ होती है

'अपने घर से विदा लेकर जब मैं तिब्बत के चक्पोरी मठ में आया, तो मुझे यह ज्ञात था कि मेरे हाथों कुछ असाधारण कार्य सम्पन्न होने वाले हैं। पर, यह कार्य तभी सम्पन्न हो सकते थे जब औषधियों और अग्निशिखा से पवित्र की हुई काष्ठ शलाका से मेरे मस्तिष्क की शल्यक्रिया द्वारा मेरा तीसरा नेत्र खुल जाये और मैं योगनिद्रा की सहायता से आत्मिक और सांस्कृतिक गहराइयों में जाने का अवकाश पा सकूँ।

जैसे ही काष्ठशलाका मेरे मस्तिष्क के एक भाग में प्रविष्ट हुई मेरे नेत्रों ने एक विचित्र ज्योति का अनुभव किया—ऐसी ज्योति जिस का साक्षी अन्तर्मन ही हो सकता है बाह्य मन कभी नहीं। मेरे सामने वे दृश्य सर्वथा नये रूप में प्रकट होने लगे और अब मैं लोगों को उन के वास्तविक स्वरूप में देख सकता था। मेरी सिद्धि का यह स्वरूप यद्यपि मुझे अत्यन्त कौतुकपूर्ण लग रहा था, पर मुझे अभ्यास कराया गया कि मैं इसे कौतुक न मान कर आत्मोन्नति और दुखी जनों की सेवा का साधन मान कर ही आगे बढ़ूँ।

'इस के पश्चात आरम्भ हुई एक लम्बी और दुरूह यात्रा, ऐसे देशों और लोकों की जिन के नाम भी मैंने कभी नहीं सुने थे। शरीर के सब बन्धनों से मुक्त होकर, मैंने विचारों की गति से यत्र-तत्र-सर्वत्र भ्रमण किया। वास्तव में हमारा

शरीर ही काल और स्थान से बँधा है, आत्मा इन दोनों बन्धनों से सर्वथा मुक्त है। स्वप्न में भी ये बन्धन नहीं रहते, और मुक्त आत्मा भूत, वर्तमान और भविष्य तथा लोक-परलोक में विचरण करती है। स्वप्न में त्रिकाल भी वर्तमान क्षण के समान हो जाता है।" |

योग-निद्रा में मृत्यु से साक्षात्कार

"और, एक दिन दलाई लामा ने मुझ से कहा 'अब तुम्हें मृत्यु से साक्षात्कार करना होगा।'

"मृत्यु की प्रतीक्षा करता हुआ मैं एक ध्यानस्थ लामा के सामने सारी रात बैठा रहा। रात भर कुछ न हुआ, पर प्रातःकाल होते ही देखा, शरीर छोड़ कर उन की आत्मा न जाने कहाँ लोप हो गयी। उन के शिष्यों ने उन के शव पर सोने के वर्क चढ़ा कर, एक स्वर्ण शरीर का निर्माण किया। मूर्च्छना के एक मुहूर्त में मैंने इस स्वर्ण शरीर को अन्य स्वर्ण शरीरों के साथ देखा, और मुझे एक विचित्र अनुभूति हुई। लगा, मैं परलोक में हूँ और एक प्रतिमा मुझे अपनी ओर खींच रही है। तभी सुनाई पड़े एक लामा के ये शब्द, 'यह तुम्हारे पूर्वजन्म का शरीर है।'

"पर अभी मुझे स्वयं मृत्यु द्वार से गुजरना बाकी था। एक दिन तीन लामा मुझे एक पर्वत गर्भ में ले गये। वहाँ एक लामा ने एक स्वर्ण यष्टिका मेरे हाथ में पकड़ा कर मुझ से कहा 'इसे पकड़ लो। तुम्हारे सब भय और कष्ट दूर हो जायेंगे। यष्टिका हाथ में रखते ही सचमुच मुझे लगा कि मैं किसी ऐसे लोक में हूँ जहाँ न कोई भय है, न कोई कष्ट।

"लामाओं के आदेशानुसार अब मैं एक शिला पर ध्यानस्थ होकर बैठ गया। क्रमशः काल और स्थान की मेरी अनुभूति लुप्त होने लगी। मानो अधर में स्थिर होकर, मैं अनेक युगों, अनेक सृष्टियों में से होकर गुजरा। अपनी पृथ्वी को सूर्य के चारों ओर परिक्रमा करते, सागर में डूबते उतराते और अन्य तारों से क़रीब-क़रीब टकराते देखा। भूकम्प देखे, जल प्रलय देखे, अनगिनत तारा-पुंज देखे।

"और सहसा यह सब समाप्त हो गया, और मैंने स्वयं को निष्प्राण-सा शिला पर लेटे पाया। बाह्य मन निष्क्रिय एवं सुप्त था, और एक नवीन अनुभूति—कि यह तो भविष्य का प्रारम्भ है और अनेक जीवन मुझे आमन्त्रित कर रहे हैं—ही सचेतन मन स्वप्न में जागृति की विचित्र भावना प्रेरित कर रही थी।

"मैं एक तिब्बती लामा हूँ, और अपने उस शरीर में नहीं हूँ, जिस की कहानी मैंने कही है। मैंने एक अँगरेज के शरीर में प्रवेश कर लिया है, और मेरी आवश्यकता को देखते हुए इस शरीर को धारण करने वाले ने कहीं अन्यत्र जा कर मुझे यहाँ स्थान दे दिया है।"

और, अब सुनिए योगनिद्रा द्वारा मृत्युदेश तथा अनन्त अगणित ग्रह-नक्षत्रों के 'दर्शन करने वाले मिस्री योगी मुंश अल ज़हीर का साक्ष्य, जो उन्होंने 'मंगोलिया की मरुभूमि की आध्यात्मिक यात्रा' नामक पुस्तक में प्रस्तुत किया है

"यह घटना आज से तेरह साल पुरानी है। जब यह घटना घटी, तब मैं सचेतावस्था में था या अचेतावस्था में, कहना कठिन है। कारण चार दिन तक मैं शव के समान ही बिस्तर पर पड़ा रहा था। नब्ज़ बन्द, दिल की धड़कन बन्द। फिर भी इस योगनिद्रा के दौरान जिस से मेरी मां परिचित थी, और जिस ने इस अवधि में किसी को मेरा स्पर्श नहीं करने दिया था, मेरे शरीर के किसी भाग में कोई विकृति नहीं आने पायी।

याद आता है कि पांच लामा पथ प्रदर्शकों के साथ मैं एक घने वन में चुप चाप जा रहा था। आधा घंटे की यात्रा के पश्चात एक वृक्षहीन स्थान पर आ कर हम सब रुके। लामा प्रमुख ने कहा 'आओ इस शिला की छाया में बैठ कर और पास के कुंड के मीठे जल को पी कर अपनी थकान मिटा लें।' कुछ क्षण बाद, संगमरमर से भी ज्यादा सफेद एक पत्थर को उठा कर उन्होंने कहा 'इस पत्थर के भीतर की परछाई में तुम अपने पूर्व जन्मों और भूतकाल की घटनाएं देख सकते हो। आओ एक एक कर के देखो।'

उस पत्थर को अपने हाथ में लेते ही, मैं ने आश्चर्यचकित हो कर देखा कि मैं मंगोलिया में नहीं मिस्र में नील नदी के किनार स्थित अपने घर में हूं। सामने मेरी मां भी है और पत्नी भी। चार साल पहले के एक दिन का एक एक क्षण चलचित्र की भांति मेरी आंखों के सामने बीतने लगा। फिर मैंने देखा कि किस प्रकार विवाह हो जाने पर भी मैं घर के मोहजाल में बँध कर नहीं रहना चाहता था। न जाने कितने जन्मों के सपनों के षडयन्त्रों का तूफान मेरे जीवन रूपी तिनके को इधर उधर उड़ाता रहता था।

उस पत्थर में अपने अतीत के दर्शन कर मुझे लगा कि स्वप्न में भ्रम विमोहित होकर व्यक्ति अपार काल के किसी भी घटनाखंड का अवलोकन कर सकता है। और अपने किसी भी पूर्वजन्म की किसी भी घटना को घटित होते देख सकता है। इतना ही नहीं, मैं इस अवस्था में अपने अन्तरस्थ विचारों की गूंज-अनुगूंज भी सुन रहा था। मैं ने अपने चौथे जन्म के बासठवें वर्ष में स्वयं को देखा, जब मैं काली-काली आंखों वाला एक साधु था और मेरा मठ मंगोलिया के इसी भाग में था। मैं ने यह भी देखा कि किस प्रकार काम के वश हो कर मैं योगभ्रष्ट हुआ था और किस प्रकार अनेकानेक रोगों से पीड़ित हो कर मैं ने अपना उस जन्म का शरीर छोड़ा था।

'सहसा उस पत्थर के छूटते ही मैं ने पाया कि मैं अभी अभी किसी सपने से

जागा हूँ। सपने के अन्दर एक सपना। मैं पहले से कहीं अधिक हल्का अनुभव कर रहा था।"

"अब म स्वप्नावस्था में ही अपने साथियों के साथ आगे बढ़ रहा था। सहसा निविड अन्धकार को चीरती हुई एक तेजस्वी मानस-आकृति के दर्शन हुए, जो मृदु गम्भीर वाणी में हम सब से कह रही थी 'आओ, आत्मा के लोक की ओर चलें, जो सारी भौतिक आधिभौतिक साधनाओं का सिद्धि-केन्द्र हैं'।"

"जब यह स्नेहयुक्त वाणी अपना सन्देश दे कर शून्य में डूब गयी तब हम ने अपने चारों ओर के अन्धकार को क्रमशः छँटते देखा। कुछ समय पश्चात् हम ने अपने को एक नदी तट पर पाया। एक क्षण भी न बीता होगा कि हम ने एक नाव को अपनी ओर आते देखा। लामा प्रमुख ने हमें बताया कि यह नदी काल-नदी थी, और उसे पार करते ही हम काल की पकड़ से बाहर चले जायेंगे।"

'पर, इस काल-नदी को हम आसानी से पार न कर पाये। कुछ समय पश्चात् हमारी नाव एक तेज भँवर के पास आ कर रुक गयी। हम सब घबरा गये, पर लामा प्रमुख ने नाव रुकवा कर कहा 'चिन्तित न हो। अपनी निगाह इस भँवर पर स्थिर रखो'। हम ने उन के इस आदेश का पालन किया, यद्यपि उस भँवर पर दृष्टि स्थिर रखना आसान न था।"

'कुछ क्षण बाद भवर के जल की गति अपेक्षाकृत धीमी पड गयी, और हम ने महान् आश्चर्य के साथ सारे ब्रह्माण्ड को उस भँवर में चक्कर लगाते पाया। यह एक अद्भुत और असाधारण दृश्य था।'

'और कुछ क्षण बाद, हम ने एक और विचित्र दृश्य देखा। अचानक सब गतियाँ, सब ध्वनियाँ शान्त हो गयीं, और हमारी नाव बड़ी तेजी से ऊपर उठ कर उस भवर में डूब गयी। हम सब लोग स्तब्ध से बैठे थे।"

'जब, अन्त म, हमारी नाव एक अनात किनारे लगी तब लामा प्रमुख ने कहा 'काल-नदी में स्नान करने के बाद अब तुम सब को दिव्यानुभूति प्राप्त हो गयी ह। आओ, अब मृत्यु लोक के दर्शन भी कर लो'।"

"उन के ऐसा कहते ही, हम ने अपने सामने एक प्रवेश द्वार खुलते पाया। यह द्वार क्षितिजों को छू रहा था। द्वार खुलने पर हम ने देखा कि एक अत्यन्त विशाल चिता अभी-अभी जल कर बुझ चुकी ह, और चारों ओर अगणित शव अधजले पड ह। सारा वातावरण रोने और विलाप करने की आवाजों से गूँज रहा था।'

'और जब हम इस मृत्युलोक का पूरा अवलोकन कर चुके तो हम ने एक अन्य अविश्वसनीय दृश्य देखा। बजर मृत्युलोक जीवनमय हो गया, और चारों ओर जीवन की हलचल दिखाई देने लगी। मानो, मृत्यु ने जीवन को जन्म दिया हो।'

'इस दृश्य से हम अभिभूत हुए ही थे कि कुछ समय बाद हम ने अपने को उसी

स्थान पर पाया, जहाँ हम ने पत्थर में पूर्वजन्म की परछाइयाँ देखी थी। और उस के बाद मेरी योगनिद्रा भंग हो गयी।"

रूस की जनक्रांति के दिनों में डेनियल वेयर नाम के एक व्यक्ति चीन में रहते थे। चीन में बिताये वर्षों का वर्णन उन्होंने अपनी रोचक पुस्तक 'द मर्कर ऑफ हैविनली ड्रावर्स' में किया है। इस पुस्तक के एक प्रसंग में उन्होंने तिब्बत के एक लामा की सच्ची और आँखों देखी कहानी कही है जो लोगों को योगनिद्रा में सुला कर, सम्मोहन द्वारा उन्हें मनचाहे स्वप्न दिखा सकता था। लामा का कहना था कि 'ऐसी स्थितियों में सम्मोहित व्यक्ति की विचार-आत्मा अपना शरीर छोड़ कर दूसरे शरीरों में प्रवेश करती है।"

प्रेरित और सम्प्रेषित स्वप्न

लामा ने मनचाहे स्वप्न दिखाने के ये प्रयोग वेयर की उपस्थिति में पॉल नामक एक युवक पर किये थे जो क्षय से पीड़ित होने के कारण मरणोन्मुख था। वह क्यूनियाग नाम की चीनी युवती से प्रेम करता था। क्यूनियाग भी पॉल के क्षय रोग के बावजूद उसे चाहती थी।

ये प्रयोग लामा ने एक बौद्ध मंदिर में किये। वह पहले अफीम की धूनी की मदद से पॉल को सुला देता था और फिर कुछ धार्मिक विधि सम्पन्न करके उसे वांछित स्वप्न-जगत में ले जाता था। ये विधियाँ वेयर की समझ में न आती थी। वह पॉल के अवचेतन को जो भी विचार प्रेषित करता था, वे मौखिक नहीं होते थे। इस के लिए वह कौन सा तरीका अपनाता था, वेयर अंत तक न जान पाये।

सबसे पहला स्वप्न देखने के बाद, पॉल ने क्यूनियाग से कहा "मैं तो समझता था कि लामा सपने में मुझे चीन या मंगोलिया की सैर करायेगा पर मुझे यह देख कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि मैं सपने में तुम्हारे साथ रूस के सेंट पीटर्सबर्ग नामक नगर के एक महल में था। सपने में मैं ने आगे देखा कि तुम एक बड़े दर्पण के सामने खड़ी हुई हो और दो दासियाँ तुम्हें रत्नजड़ित आभूषण पहना रही है। हम दोनों एक हीरे के बारे में बहस कर रहे है कि तुम्हें उसे पहनना चाहिए या नहीं। हीरे का नाम बड़ा अजीब था - 'क्रास आफ एलग्जैण्डर।" और सब से अजीब बात तो यह है कि मैं, जो कभी सेंट पीटर्सबर्ग नहीं गया और ऐसा राजमहलों के तौर तरीके से परिचित नहीं, सपने में सब काम ऐसे कर रहा था जैसे हमेशा से वहीं रहता आया हूँ। हम दोनों बात भी रूसी भाषा में ही कर रहे थे। स्वप्न में दो ही बातें सच्ची और वास्तविक लगती थी। पहली - मैं तुम्हारी देर से तैयार होने की आदत पर जल भुन रहा हूँ जैसा कि करता ही हूँ और दूसरा—मैं तुम्हें सपने में भी उतना ही प्यार कर रहा था, जैसा जागते समय करता हूँ।"

उस ने सब से कहा कि लामा ने उसे ये सपने दे कर उसे एक नया जीवन प्रदान

किया ह। वह कहता था कि उस जैसे रुग्ण व्यक्ति के लिए स्वप्नों की प्रेमिका वास्तविक प्रमिका से कहीं बेहतर ह।

स्वप्न-जीवन, एक दोहरा जीवन

और क्यूनियाग कहती कि यदि पॉल मुझ से स्वप्न म प्रेम कर के ही प्रसन्न हो सकता ह, ता ठीक है।

लामा द्वारा दिखाये गये स्वप्न क्रमश पॉल के लिए एक समानान्तर जीवन या कृत्रिम स्वग के समान हो चले। आरम्भ में ये स्वप्न सुखदायक ही होत थे, पर बाद में कभी कभी उसे इन स्वप्नों में वास्तविक जीवन के कष्टों स भी अधिक दारुण यत्रणा पहुँचने लगी। उदाहरणाथ, एक कष्टदायक स्वप्न में उस ने देखा कि वह एक रेगिस्तान में ह, और उसे अपने दो बच्चों' को पालना अत्यन्त कठिन प्रतीत हो रहा ह। वह हमेशा भूखा और थका हुआ रहता ह। इसी बीच एक ऊँट के काट लेने से वह 'महीनों' बीमार रहा। सब कुछ वास्तविक जीवन के समान ही भयावह और क्लेशकर था। लेकिन अधिकांश स्वप्न सेंट पीटसबग के राजसी जीवन स ही सम्बन्धित रहते थे और इन स्वप्नों में क्यूनियाग हमेशा उस के साथ प्रेमिका के रूप में उपस्थित रहती थी। इन स्वप्नों में वह उस से सदा रूसी भाषा में ही बात करता था, और सब से इस ढग से पेश आता था मानो उस का जन्म ही रूस के किसी उच्च और सम्भ्रान्त कुल में हुआ हो।

पॉल ने एक बार वेयर से कहा 'जानता हू लामा द्वारा दिया गया यह स्वप्न जीवन असली जीवन नहीं ह। असली जीवन भगवान् ही दे सकते ह। पर, यदि हम जीवन के पार देख सक तो क्या हमें अपना असली जीवन भी स्वप्न जीवन जसा नही लगेगा? जब जाग जाता हू ता अपना स्वप्न जीवन मुझे एक चलचित्र के समान लगता ह।"

वेयर ने पूछा "क्या तुम अपने स्वप्न जीवन से सन्तुष्ट हो?"

पाल ने उत्तर दिया क्या कोई कभी भी जीवन स सन्तुष्ट होता ह, भले ही वह वास्तविक हो या स्वप्नो का? कभी-कभी तो मैं अपने स्वप्न जीवन में अधिक सन्तुष्ट रहता हूँ।"

यह सिलसिला कुछ वर्षों तक चला और इस के बाद पॉल की मृत्यु हो गयी। और तब एक दिन सहसा वेयर को ज्ञात हुआ, इस अद्भुत घटना का एक और रहस्यमय पहलू।

कई वष बाद उस की भेंट एक धनी रूसी महिला से हुई, जिस ने बातों-बातों में सेंट पीटसबग का उल्लेख करके कहा कि वह वहाँ की रहने वाली ह। जब वेयर ने उन्हें पॉल के सपने की घटना सुनायी तो वे आश्चय से बोलीं— मगर 'क्रॉस आफ एलेग्जण्डर' हीरा तो मेरे पास ह और आप ने पाल के सपने के जिस महल का जिक्र

किया ह, वह तो मेरा ही महल प्रतीत होता ह। आश्चय तो यह है कि जिस समय पॉल ने अपनी प्रेमिका को यह हीरा धारण करते हुए सपने में देखा था ठीक उसी समय—इस बारे में मुझे कोई सन्देह नही है—मैं अपने प्रेमी रास्पुटिन के साथ थी, जो पाल की भांति मेरे ठीक समय पर तयार न होने पर जल भुन रहा था।"

तो क्या सचमुच लामा सपने में इतिहास प्रसिद्ध रास्पुटिन की विचार-आत्मा को हजारों मील दूर बठे पॉल के शरीर में प्रविष्ट कराने में सफल हो गये थे? रास्पुटिन उन दिनों अपनी राजनतिक शक्ति के चरमोत्कप में था, और सकडो महिलाओ का प्रेमी था।

वेयर ने ये घटनाए जसी देखी सुनी ठीक वैसी ही लिख दी। अन्त में उन्होंने कहा है 'मैं उस रहस्यमयी शक्ति को नही समझ पाया हूँ, जो इन घटनाओं के पीछे काम कर रही थी।"

और आदमी अभी तक अन्तिम रूप से यह भी नहीं जान पाया ह कि वह कौन सी रहस्यमयी शक्ति ह जिस के प्रभाव से सपने कभी-कभी अचूक रूप से भविष्यवाणी कर सकते है?

भविष्यवाणी करने वाले ऐतिहासिक सपने

पुराणो में कहा गया ह कि रात्रि के प्रथम प्रहर में दीखे सपनो का परिणाम एक वष के अन्दर प्राप्त हो जाता ह दूसरे प्रहर में दीखे सपनो का छह महीने में, तीसरे प्रहर में दीखे सपनों का तीन महीने में और चौथे प्रहर में दीखे सपना का पन्द्रह दिन के अन्दर। जो स्वप्न भोर की वेला में दिखाई देते ह उन का परिणाम १० दिन के अन्दर ही देखने को मिल जाता ह।

श्रीहष ने अपने अमर काव्य नषध में कहा ह कि नियति ही हमें सपनों में अदृष्ट के दशन कराती ह। दाशनिक माधवाचाय के अनुसार स्वप्न सत्य ही होते ह कारण उन में मानस अथवा परमेश्वर की इच्छाए व्यक्त होती ह। (माधव भाष्य) माधवाचाय के समान श्री शकर भी कहते ह यद्यपि स्वप्न जगत भी पार्थिव जगत की भाँति ही मायावी ह तथापि कुछ स्वप्न भविष्य सूचक और औचित्यपूण होते ह। *(वेदान्त सूत्र) यही मत विज्ञान भिक्षु द्वारा भी प्रतिपादित हुआ ह यह तथ्य शास्त्र* सम्मत ह कि स्वप्न भावी घटनाओ का सकेत करते ह। आयुर्वेद में कहा गया ह कि यदि व्यक्ति सब प्रकार के तामसिक और राजसिक रोगो से मुक्त हो तो उस के स्वप्न सच्चे होगे।

श्रीभाष्य में श्रीरामानुज ने कहा ह कि 'स्वप्नो म कभी-कभी भविष्य में होने वाली शुभाशुभ घटनाए दिखाई पडती ह।

बौद्ध ग्रन्थो में भी आगे चल कर सच्चे निकलने वाले स्वप्नो का उल्लेख ह।

हष चरित में प्रभाकरवधन के उस स्वप्न का वणन ह जो उन्हें भोर से

पर दिखाई दिया था। इस स्वप्न में उन्हें जो तीन शिशु दिखाई दिये थे वे बाद में उन के यहाँ जन्मे। रामायण के सुन्दरकाण्ड में त्रिजटा सीता को अपना एक स्वप्न सुना कर सान्त्वना प्रदान करती है। इस स्वप्न में उस ने रावण का एक गधे पर बैठ दक्षिण की ओर जाते देखा था। बाद में, यही स्वप्न, दूसरे रूप में, सच्चा निकला।

इतिहास स्वप्नों की विस्मयजनक भविष्यवाणियाँ सुनाने वाली घटनाओं से भरा पड़ा है।

महाराष्ट्र के महान् सन्त तुकाराम के कुछ शत्रुओं ने उन का एक हस्तलिखित ग्रन्थ जिस में उन्होंने भगवान विठोबा की स्तुति में गीत लिखे थे, नदी में डुबा दिया था। तुकाराम इस प्रिय ग्रन्थ की हानि से काफी चिंतित थे। इस घटना के चौदहवें दिन उन्हें स्वप्न दिखा कि भगवान विठोबा उन्हें नदी किनारे जाने का आदेश दे रहे हैं। वे वहाँ गये तो उन्होंने अपने ग्रन्थ को नदी के तट पर तैरते पाया।

इसी प्रकार भगवान् रामचन्द्र ने अपने परम भक्त तथा कर्नाटक संगीत के पिता सन्त त्यागराज को, जिन्होंने उन की प्रशंसा में २४,००० कीर्तन लिखे थे, स्वप्न में संकेत दिया था कि वह उस राममूर्ति को, जिसे उन के बड़े भाई ने फेंक कर कावेरी नदी में फेंक दिया था, कावेरी के तट पर एक विशेष स्थान में पा सकते हैं। मूर्ति उसी स्थान पर मिली। सन्त त्यागराज को स्वप्न द्वारा अपनी मृत्यु का संकेत भी श्रीराम द्वारा, मृत्यु के दस दिन पहले मिल गया था।

एक कथा यह भी प्रचलित है कि एक बार एक संन्यासी त्यागराज के घर आया और उन के कुछ कीर्तन-गीत सुन कर और अपनी एक गठरी छोड़ कर कावेरी में स्नान करने चला गया। उस ने कहा था कि वह शीघ्र ही वापस लौट कर आयेगा पर न आया। बाद में सपने में संन्यासी ने त्यागराज से कहा कि वह नारद थे, और उन के कीर्तनों की प्रशंसा सुन उन्हें सुनने आये थे। उन्होंने यह भी कहा कि जो गठरी वह छोड़ कर आये हैं, उन में 'नारदीयम' और 'स्वरार्णव' नामक दो संगीत विषयक ग्रन्थ हैं। त्यागराज को गठरी में ये दोनों ग्रन्थ सचमुच मिले। उन में वर्णित कीर्तनों से उन्हें नयी-नयी रचनाएँ लिखने की प्रेरणा मिली।

देवी भवानी के भक्त शिवाजी को एक रात स्वप्न दिखाई दिया कि यदि वह अमुक स्थान को खोदें, तो उन्हें वहाँ गड़ा हुआ खजाना मिलेगा। सचमुच उन्हें उसी स्थान पर वह खजाना मिला।

आन्ध्र प्रदेश में राजा विक्रमदेव को एक अवसर पर दिन में सोते समय एक वन में लगातार दो बार यह सपना दिखाई दिया कि वहाँ कुछ हिन्दू कीर्तन कर रहे हैं। इस सपने का स्पष्ट अर्थ उन की समझ में तब ही आया जब उन्होंने भगवान् विष्णु को सपने में यह कहते पाया कि वे रायलू गाँव में स्थायी रूप से रहने के लिए उत्सुक हैं। भगवान् ने राजा को आदेश दिया कि वह लकड़ी का एक रथ बनवा कर स्वयं उसे खींचे और कहा कि जिस स्थान पर रथ की कीलें रथ से अलग हो कर

पृथ्वी पर गिरेंगी, उसी स्थान पर खुदाई करने पर एक मूर्ति मिलेगी, जिस का मन्दिर राजा को बनवाना होगा।

राजा विक्रमदेव ने वैसा ही किया, जैसा कि उन्हें स्वप्न में करने को कहा गया था। आज जगन्मोहिनी-चेन्नकेशवस्वामी का यह प्रसिद्ध मन्दिर दूर-दूर के भक्तों को आकर्षित करता है। इस मूर्ति के सामने के भाग में विष्णु हैं और पीछे के भाग में उन का जगन्मोहिनी वाला वह रूप जो उन्होंने देवताओं को अमृत देते समय धारण किया था।

विश्वविख्यात कोणार्क मन्दिर तथा मदुरै का विख्यात 'मीनाक्षी मन्दिर' की कल्पना के पीछे भी दवी स्वप्नों का ही हाथ बताया जाता है।

दार्शनिक इमर्सन भी मानते थे कि 'सपनों में कभी-कभी भविष्य का संकेत मिल जाता है और कोई अज्ञात चेतना सपनों में सांकेतिक रूप से भावी घटनाओं का पूर्वाभास दे देती है।"[1]

अरविन्द आश्रम की श्री माँ भी सपनों की भविष्यवाणी में विश्वास करती हैं। अपने एक लेख में उन्होंने कहा है—"पूर्वाभास देने वाले स्वप्न नाना प्रकार के होते हैं। इन में से कुछ तो ऐसे होते हैं, जो तुरन्त ससिद्ध हो जाते हैं अर्थात् रात में वही स्वप्न आता है जो दूसरे दिन घटित होने वाला होता है। फिर भी कुछ ऐसे स्वप्न होते हैं जो अपनी ससिद्धि के लिए अधिक या कम समय लेते हैं। ये महज उस चीज के प्रतिबिम्ब या प्रक्षेप हैं, जो दूसरे दिन या कुछ घंटों बाद स्थूल जगत में घटित होगा। वहाँ तुम समस्त ब्यौरे के साथ ठीक-ठीक वस्तु को देखते हो, क्योंकि वह वहाँ विद्यमान है।'[2]

फ्रॉयड ने अपने स्वप्न विवेचना में विपर्ययशील परिणामों का उल्लेख किया है। हमारे कुछ धार्मिक ग्रन्थों में भी स्वप्नों को विपरीत स्मृति' माना गया है। बाइबिल में भी इसियाह के वर्णन में कहा गया है— जब भूखे व्यक्ति को स्वप्न दीखता है तो वह अपने को भोजन करता पाता है। पर जागने पर वह पाता है कि उस की आत्मा भूखी ही है। प्यासे व्यक्ति को सपने में तृप्ति हो जाती है, और जागने पर वह अपने को दुर्बल और अपनी आत्मा को प्यासी पाता है।'[3]

जी० रसल 'स्वप्न दीप' नामक अपनी कृति में कहते हैं 'स्वप्नों में हमारी इस जन्म की स्मृतियाँ ही नया रूप नहीं धारण करतीं, पूर्वजन्म की स्मृतियाँ भी कभी कभी उन में प्रवेश कर जाती हैं।" अँगरेजी के प्रसिद्ध कवि वर्ड्सवर्थ ने कहा है— 'काल के कम्पित धुँधले प्रतिबिम्ब में जो सौन्दर्य होता है, और जिस की झलक हमें सपनों में मिलती है वही कविता का मुख्याधार होता है।'[4] अप्रतिम दार्शनिक और

---

१ Essays

२ भारती–६ फरवरी १९६४

३ Dreams in the Bible–Thomas Paine

४ Poetry and Poets—by Anny Lowell (Houghton Mifflin Co)

लेखक हेवलाक एलिस भी कहते हैं "स्वप्न हमें उस अलौकिक सौंदय की झांकी पा लेने देते हैं, जो हमारे जीवन के क्षेत्र से निश्चय ही बहुत दूर है।"[1]

प्राचीन यूनान में यह मान्यता थी कि सपने रहस्यपूर्ण ढंग से भविष्यवाणी कर सकते हैं। सोफोक्लेस के नाटक में ऐसे अनेक सपनों का वर्णन है जो भविष्यवाणी करते हैं।[2] यूनान के विख्यात चिकित्सक हिपोक्रेटिस ने भी अपनी एक पुस्तक में सपनों का सम्बन्ध कुछ रोगों से जोड़ा है। उन का कहना था कि जब कोई व्यक्ति स्वस्थ रहता है, तो सपने उस के पुराने अनुभव को बिलकुल सटीक रूप से ज्यों का त्यों दुहरा देते हैं।

हिपोक्रेटिस् से पूर्व यूनान के चिकित्सक रोगी को चिकित्सा के देवता Aesculapius (ऐसकुलापियस) के मंदिर में भेज कर उस से देवताओं की पूजा कराते थे। बाद में वे उसे रात भर दुम्बे की खाल पर सोने देते थे। चिकित्सकों का विश्वास था कि इस निद्रा में उसे जो स्वप्न दिखाई देंगे, उन में उसे अपनी चिकित्सा-पद्धति के बारे में पता चल जायेगा। उन का विश्वास था कि प्रत्येक रोगी अपने रोग के सपने अवश्य देखता है और उन सपनों की सही जानकारी रोगी से पाने पर वे उस के रोग का सही निदान कर सकते हैं। इस बारे में आधुनिक चिकित्सकों के मत आप आगे पढ़ेंगे।

यूनान के कुछ ग्रंथों को पढ़ने से यह भी ज्ञात होता है कि वहां भी पहले सपनों को 'देवताओं द्वारा दी गयी प्रेरणा अथवा भविष्यवाणी' माना जाता था। अरस्तू ने पहली बार यह प्रमाणित करने का प्रयत्न किया कि सपनों में ऐसी शक्ति नहीं है। भारत के चार्वाक-दर्शन के समर्थकों की भांति उन की भी मान्यता थी कि स्वप्नावस्था के अनुभव भ्रममात्र हैं।' उन का कहना था कि शरीर में प्रति दिन उत्पन्न होने वाले एक प्रकार के दोष से आदमी पहले की देखी हुई वस्तुओं को प्रत्यक्ष के समान देखने लगता है। उसे ही स्वप्नावस्था कहा जाता है। अतः स्वप्नावस्था जब कोई अवस्था है ही नहीं तब उस के आधार पर किसी वस्तु की कल्पना कैसे की जा सकती है? वैसे वे इतना अवश्य मानते थे कि स्वप्न शरीर में सूक्ष्म रूप से आरम्भ हुए रोगों को, जिन्हें हमारा मन समझ नहीं पाता, समझने की कुंजी प्रदान करते हैं।

अरस्तू और उन के समर्थक कुछ भी कहें, लाखों वर्षों से मानव ने सत्य के प्रबल प्रकाश में यह देखा है कि स्वप्न अधिकांशतः प्रतीकवादी होते हैं और यह भी कि स्वप्नों में मानव की अवचेतना प्रतीकों द्वारा दबी हुई आकांक्षाओं को व्यक्त करती है। यह बात अलग है कि स्वप्न विज्ञान को इन प्रतीकों को समझने की सब कोशिशें अभी तक सौ फीसदी सफल नहीं हुई हैं। वैसे, जैसा कि हम पीछे कह आये हैं, स्वप्नों की व्याख्या करने का कार्य हजारों साल से होता चला आ रहा है।

---

१ The World of Dreams—Philosophical Library New York
२ The Dreams in Homer and Greek Tragedy—Columbia Univ Press

ब्रिटिश लाइब्रेरी में प्राचीन मिस्र की एक पाण्डुलिपि सुरक्षित है, जिस में सैकड़ों स्वप्नों की व्याख्याएँ दी गयी हैं। इस पाण्डुलिपि का काल ईसा से २०० वर्ष पूर्व बताया जाता है।

एक रोमन सम्राट् ने एक ऐसे दरबारी की हत्या करवा दी थी, जो सपने में सम्राट की हत्या करने की कोशिश कर रहा था। स्कोल्ज नामक स्वप्नशास्त्री के अनुसार उस का यह कृत्य अनुचित नहीं था, कारण हमारी नग्न भावनाएँ ही सपना में व्यक्त होती हैं। 'मैं सपने में भी ऐसा करने की नहीं सोच सकता' वाला मुहावरा सचमुच अर्थबोधक है—दोहरे अर्थों में अर्थवान्। हम पूरी तरह सच्चे ईमानदार सपनों में ही होते हैं। सपनों में ही हम अपना असली स्वरूप देख पाते हैं, वह रूप जो उस रूप से सर्वथा भिन्न होता है जो हम दुनिया के सामने पेश करते हैं।

टीपू सुल्तान के विस्मयजनक सपने

अपनी राजनीतिक शक्ति के चरमोत्कर्ष में महत्त्वाकांक्षी टीपू सुल्तान भी जो सपने उसे दिखाई देते थे उन्हें वह रोज एक रोजनामचे में लिखता जाता था। उस का यह रोजनामचा जो १७८६-७ और १७९८-९९ के बीच देखे गये सपनों के आधार पर लिखा गया था, उस के अन्य गुप्त कागज पत्रों के साथ कर्नल कर्कपैट्रिक को मिला था, जिन्होंने उस का अँगरेजी अनुवाद १८०० में प्रकाशित करवाया। मूल रोजनामचा इण्डिया हाउस लाइब्रेरी में सुरक्षित है।

टीपू के कुछ सपने तो सच निकले, पर कुछ को पढ़ कर स्वप्नों के प्रख्यात व्याख्याकार फ्रायड का यह कथन याद आ जाता है, 'अनगढ़ व्यक्तियों के स्वप्नों में अधिकांश आदिम प्रवृत्तियों की अभिव्यक्ति रहती है। वे आशामय होते हैं और उन्हें आकस्मिक नहीं माना जा सकता।' अपनी जिन दबी हुई महत्त्वाकांक्षाओं को टीपू चेतनावस्था में स्पष्ट रूप से नहीं समझ पाता होगा, उन्हें वह अपने सपनों में सुस्पष्ट देख और समझ सकता था।

यह उल्लेखनीय है कि सिकन्दर और नेपोलियन के समान महान विजेता बनने की महत्त्वाकांक्षा रखने वाले टीपू की सपनों में भेंट मराठों, निजाम, यूरोपियनों से तो जिन्हें उस ने हराया था, हुई पर मैसूर महाराज से एक बार भी नहीं हुई, जिन से संघर्ष में उसे मुँह की खानी पड़ी थी। आशामय सपनों में अप्रिय बातें कम ही दिखाई पड़ती हैं।

रोजनामचा के अनुसार एक रविवार को उस ने सपने में देखा कि एक वृद्ध सज्जन हाथ में काँच का एक ढेला ले कर उस के पास आये और कहने लगे—'वह पहाड़ जहाँ ऐसे काँच की खदान है, सेलम के निकट स्थित है।' बाद में, पता लगाने पर मालूम पड़ा कि सेलम के निकट स्थित एक पहाड़ में सचमुच काँच की खदान थी।

टीपू अपने को सिकन्दर के समान ही महान् योद्धा और विजेता समझता था,
यह बात उस के इन तीन सपनों से स्पष्ट हो जाती है।

साल निता ८१२१ मुहम्मद (१२१८) में, जब वह फ़र्की के इलाके से
अपनी फ़ौज के साथ लौट रहा था, उसे मालूम पडा कि चीन के बादशाह के कुछ दूत
उस से मिलने आये हैं। उन्होंने उसे एक सफ़ेद हाथी उपहार में देते हुए कहा
"चीनियों ने सिकन्दर और हुज़ूरेआला के अलावा किसी को सफ़ेद हाथी भेंट में नहीं
भेजा।" इसी बीच सवेरा हो गया, और उस की आँखें खुल गयीं।

जर हिसाब के अनुसार युस्साद के हैदरी महीने के २१वें दिन तुंगभद्रा के पार
उस ने सपने में देखा कि क़यामत का दिन आ पहुँचा है। तभी एक हट्टे-कट्टे अरब ने
टीपू का हाथ थाम कर पूछा "जानते हो मैं कौन हूँ ?" टीपू के ना कहने पर उस
अरब ने कहा "मैं मुर्तजा अली हूँ। अल्लाह के रसूल ने कहा है कि वे तुम्हारे बिना
बहिश्त में क़दम नहीं रखेंगे।"

रहमानी महीने के पचीसवें दिन, टीपू को सपना दिखाई पडा कि हज़रत
मुहम्मद ने उसे एक के बाद एक तीन पगडी देते हुए फ़रमाया 'इसे सर पर पहनो।'
इस सपने का खुलासा उस ने यह किया कि अल्लाह और उन के पैग़म्बर ने उसे सारी
दुनिया की बादशाहत अता की है।

साल सुराग ७१२१ मुहम्मद (१२१७) के जाफ़री महीने के बीसवें दिन
अल्लाह से यह दुआ माँगने के बाद कि पहाडी इलाकों के काफ़िरों से इस्लाम कबूल
कराओ, उसे यह सपना दिखाई दिया कि रास्ते में आगे के पाँवों से चलने वाली
शेरनुमा गाय अपने बछडे के साथ खडी है। और वह इस गाय और बछडे को छोटे
छोटे टुकडों में काटने का इरादा कर रहा है। सपना भंग हो जाने के कारण, यह
इरादा पूरा नहीं हुआ। इस सपने का खुलासा उस ने इस प्रकार किया 'शेरनुमा
गाय असल में पहाडी इलाके के ईसाई हैं, जो खुद लडाई छेडेंगे, पर लडाई में आसानी
से हार जायेंगे।'

३२२१ मुहम्मद (१२२३) के खुसरवी महीने के पहले दिन उस ने आर्काट
के बेवफ़ा मुहम्मद अली को मरते देखा। यह सपना सच निकला।

जुमादी महीने के तीसरे दिन उस ने सपने में देखा कि उस के सामने चाँदी
की तीन तश्तरियों में उस के बाग़ की ताज़ी और रसीली खजूरें रखी गयी हैं। जागने
पर उस ने इस सपने की व्याख्या इस प्रकार की कि उस के तीन बेवफ़ा सरदारों की
सारी सम्पत्ति उसे मिल जायेगी। उस की यह व्याख्या सच निकली। उसी महीने के
तीसरे दिन उसे समाचार मिला कि एक बेवफ़ा सरदार निज़ाम अली चल बसा है।
उस का सारा माल्मत्ता टीपू ने ही अपने क़ब्ज़े में कर लिया।

1 स्वप्नलोक

एक प्रख्यात भविष्यसूचक सपना

सपने कभी कभी भविष्य का आभास दे देते ह, इस बात की पुष्टि मिस्र के इतिहास की ढाई हज़ार साल पुरानी निम्न घटना से की जाती ह, जिस का हवाला स्वप्न विशेषज्ञ अक्सर देते ह।

उन दिनों, मिस्र क शासक फरोआ न स्वप्न देखा कि नील नदी के अ दर से सात स्वस्थ और सफ़ेद गायें बाहर आकर घास चरने लगी ह। कुछ समय पश्चात सात मरियल-सी और काले रग की गायें बाहर निकली, और सातो सफेद गायो को मार कर खा गयी। फरोआ की आँखें खुल गयी, पर इस दु स्वप्न का अथ उस की समझ म न आया।

अगले दिन उस न अपने दरबारिया स इस स्वप्न के अथ पूछे। पर, कोई भी दरबारी इस अद्भुत स्वप्न के अथ न बता पाया। फरोआ ने घोषणा की कि जो व्यक्ति इस सपने क सही अथ बता दगा, उसे उचित पुरस्कार दिया जायेगा।

अ त में, फरोआ को किसी ने सूचित किया कि एक यहूदी कैदी सपना के अथ बताने में अत्य त कुशल ह। फरोआ ने फौरन उस बुला भेजा। यहूदी कैदी ने सपने का पूरा विवरण सुन कर कहा इस सपने के अथ अत्यन्त सरल ह। अगले सात वर्षों तक आप के देश मिस्र में खुशहाली रहगी। आप क सपन में प्रकट होने वाली सात स्वस्थ और सफेद गायें सात साल तक चलने वाली इस समृद्धता का ही प्रतीक थी। इन सात साला क बाद आप के देश में अकाल पडगा। सपने में आन वाली काली गायें उस अकाल की ही द्योतक थी।'

फरोआ न अपन वाद क मुताबिक, कदी को मुक्ति दे दी, और फिर आदश दिया कि समृद्धता के पहले सात वर्षों में इतना अ न सग्रह कर के रखा जाये जो अकाल क सात वर्षों म अकाल-पीडित प्रजा के काम आ सके।

यहूदी की स्वप्न-व्याख्या सच निकली। पहले सात वर्षों में मिस्र में खूब अनाज पैदा हुआ, दूध घी की नदियाँ बहती रही। पर सात वष बीत जाने के बाद, अकाल पडन लगा। तब समृद्धि क सात वर्षों म जमा किया हुआ अ न ही प्रजा क काम आया।

बाइबिल-स्वप्नकथाओ का भण्डार

बाइबिल (ओ ड टेस्टाम ट) में भी स्वीकार किया गया ह कि स्वप्न स देश वाहक होते हैं। बाइबिल में जो सपनों के वृत्तान्तों स भरी पड़ी ह (और वृद्ध व्यक्ति सपने देखेंगे) *स्वप्नों की व्याख्या करन वालों का उ लेख अत्य त सम्मान और आदर* से किया गया ह। राजा नबूगादुन ज़ार (Nebuchaduezzar) की कहानी से पता चलता ह कि व अ य बाइबिलकालीन राजाओं म तों और महान् व्यक्तिया की भाँति सपनों में निहित दार्शनिक भविष्यवाणियों में विश्वास करत थ और उन क पीछे काय कर रहा प्रक्रिया को पूरी तरह न समझन हुए भी मानते थ कि उन में देह मन और

अतर आत्मा के उच्च स्तरों पर अबाध विचरने की शक्ति है। जोसफ ने सपने में सूय, चन्द्र और ग्यारह नक्षत्रों को अपने सामने झुकते हुए देखा था। ये थे क्रमश उस के पिता, माता और ग्यारह भाई।[1]

'न्यू टेस्टामेन्ट' में भी ऐसे अनेक उदाहरण पाये जाते हैं[2] जिन से उस काल के ईसाइयो की सुखदायक स्वप्नों-सम्बन्धी धारणा का पता चलता है। इस ग्रंथ के प्रणेता सपनों को भविष्य में होने वाले शुभ परिणामों का सूचक मानते थे। एक कथा के अनुसार एक देवदूत ने स्वप्न में जोसेफ से कहा कि "मेरी का होने वाला पुत्र अपने लोगों को उन के पापों से रक्षा करेगा।" जब पूर्वीय देशों के तीन विद्वान नवजात शिशु को देखने आये तो उन्हें स्वप्न में सकेत मिला कि उन्हें हैरोड से दूर रहना चाहिए। उन्होंने स्वप्न में मिली इस सूचना के अनुसार अपने देश को वापस लौटने के लिए अन्य मार्ग अपनाया। ईश्वर ने जोसेफ को भी स्वप्न में ही आदेश दिया कि वह शिशु और उस की माँ को लेकर मिस्र भाग जाये, ताकि हैरोड की कुटिल योजनाएँ सफल न हो पायें। बाइबिल के प्रत्यादेशा क रचयिताओं (Revelationists) के सारे दैवी सन्देश', सपनों में ही प्रकट हुए बताये जाते हैं।[3]

एक अन्य आधुनिक धर्म BAHA'I में उस के अनुयायियों को यह सीख दी गयी है "इस सत्य से अवगत हो कि ईश्वर के लोक अनगिनत हैं सोते समय तुम स्वप्न लोक में पहुँच जाते हो, जो पृथ्वी लोक से सर्वथा भिन्न है। इस लोक का न आदि है, न अन्त, और यह ईश्वर का एक विलक्षण लोक है। प्रयत्न ईश्वर ज्ञान के प्रकाश में ही सपनों की वाणी के रहस्य को समझा जा सकता है।"

सपने मानवता की स्थिति के निर्णायक

विश्व इतिहास की अनेक घटनाएँ इस बात की साक्षी हैं कि सपने मानवता की स्थिति के निर्णायक रहे हैं और कई बार उन्होंने इतिहास को एक नया मोड़ प्रदान किया है।

सपनों के सहारे जिन अनेक राजाओं को युद्ध में विजय मिली, उन में से एक गिडियन भी थे, जो मिडियानिट्स को जीतना चाहते थे। युद्ध से पहले उस के एक सैनिक ने सपना देखा कि एक रोटी ने शत्रुशिविर पर प्रहार कर उसे उलटा कर दिया है। इस सपने को सफलता का सूचक चिह्न मान कर उस ने शत्रु पर आक्रमण किया और विजय प्राप्त की।

रोम के विजेता तथा रोमन साम्राज्य में ईसाई धर्म को प्रतिष्ठापित करने वाले कौन्स्टेन्टाइन महान् को इस कार्य की प्रेरणा सपने में ही प्राप्त हुई थी। एक रात उस

---

१ Genesis 37 9
२ Dreams in the Bible—Thomas Paine
३ Acts 2 17

ने एक प्रदीप्त सलीब सपने में देखा। इस सलीब के नीचे तीव्र अक्षरों में लिखा था "इस की सहायता से विजय प्राप्त करो।" यह स्वप्न देखने के पूर्व उस की श्रद्धा ईसाई धर्म में बिलकुल न थी, पर इस स्वप्न का उस पर इतना अधिक प्रभाव पड़ा कि वह शीघ्र ही ईसाई बन गया। इतना ही नहीं, उस ने यह भी बीड़ा उठाया कि वह रोम सम्राट को पराजित कर के रोम साम्राज्य में ईसाई धर्म को अधिष्ठित करेगा। इतिहास साक्षी है कि उस ने अंततः ऐसा ही किया। उस के इस कार्य ने मानवता के इतिहास को एक महत्त्वपूर्ण मोड़ प्रदान किया।

क्लियोपेट्रा के प्रेमी सीज़र को भी सपने में चेतावनी मिल चुकी थी कि अमुक दिन उस की हत्या की जायगी। सपनों में सुनी गयी भविष्यवाणियों में गहरी श्रद्धा रखते हुए भी उस ने न जाने क्या इस चेतावनी पर कोई ध्यान नहीं दिया, और ठीक उसी दिन उस की हत्या हो गयी। 'उस ने चेतावनी सुनी पर उस की अवहेलना की और उस की मृत्यु का उत्तरदायित्व स्वयं उस पर ही है।'

इसी प्रकार, हेनरी तृतीय ने भी सपने में अपनी हत्या का पूर्वदर्शन कर लिया था।

अमरीका के राष्ट्रपति लिंकन ने भी अपनी हत्या के कुछ दिन पहले, अपनी होने वाली हत्या की चेतावनी एक सपने में प्राप्त कर ली थी। उन की हत्या के बाद अमरीका की राजनीति में एक नया मोड़ आया।

११ अप्रल १९६५ को अपनी हत्या के तीन दिन पहले उन्होंने राष्ट्रपति भवन में अपने मित्रों को प्रीति भोज दिया था। उन दिनों दक्षिणी अमरीका के कुछ विद्रोहियों ने लिंकन की नीग्रो-नीति के विरुद्ध संघर्ष छेड़ रखा था। लेकिन यह प्रीति *भोज विद्रोही सेनापति जनरल ली के आत्मसमर्पण कर देने की खुशी में दिया गया* था। राष्ट्रपति को इस आनन्द के अवसर पर भी उदास देख कर उन की पत्नी ने नाराज़गी ज़ाहिर की। तब उन्होंने उपस्थित व्यक्तियों को अपने उस सपने के बारे में बताया जो उन्होंने करीब दस दिन पहले देखा था। उन्होंने कहा

'उस रात मैं देर से सोने के लिए गया था। कारण यह था कि मुझे मोर्चे पर से आने वाले समाचारों की प्रतीक्षा थी। बिस्तर पर लेटे कुछ क्षण ही बीते होंगे कि मुझे नींद आ गयी और सपने दिखाई देने लगे। एक सपने में मैं ने देखा कि मेरे चारों ओर मौत की सी नीरवता छायी है। फिर मैं ने अनेक व्यक्तियों को सुबकते हुए सुना। अनेक सूने प्रकोष्ठ पार कर मैं एक कमरे में पहुँचा। वहाँ सुबकियाँ तो *तरह से सुनाई दीं पर सिसकने वाले कहीं नज़र नहीं आये। मैं ने फिर अन्य* कमरे छान मारे। सुबकियाँ बराबर मेरा पीछा करती रहीं पर कहीं किसी व्यक्ति का नामनिशान न था। प्रकाशमान कमरों की सभी वस्तुओं से मेरा पूर्वपरिचय था पर समझ में न आया था कि कौन रो रहा और क्यों सिसक रहे हैं? मेरी हैरानी बढ़ती ही जा रही थी। मैं ने इस रहस्य से मुक्त होने का दृढ़ निश्चय कर

लिया। अन्त में, पूर्वीय कक्ष में आ कर, मुझे एक स्तब्धकारी दृश्य दिखाई दिया। कक्ष के ठीक मध्य में एक शव-पेटी रखी थी, जिस का रक्षा उस के चारों ओर खड़े रक्षक कर रहे थे। बहुत से व्यक्ति जिन का चेहरा ढँका था, करुण विलाप कर रहे थे। मैं ने एक रक्षक से पूछा "कौन मर गया है राष्ट्रपति भवन में ?" उस ने उत्तर दिया 'राष्ट्रपति नहीं रहे। किसी हत्यारे ने उनकी हत्या कर दी।" उस के ऐसा कहते ही, विलाप करने वाले लोग जोर-जोर से रोने लगे और तभी मेरी आँख खुल गयी। इस के बाद मैं सारी रात नहीं सो पाया। मैं जानता हूँ कि मैं ने जो कुछ देखा था, वह महज एक सपना ही था, पर तब से मैं काफी व्यग्र हूँ।"

और चार दिन बाद, लिंकन का शव लगभग उसी प्रकार राष्ट्रपति भवन में रखा दिखाई दिया, जिस प्रकार उन्होंने सपने में देख कर अपने मित्रों को बताया था। स्वप्न और यथार्थ में इतनी गहन समानता देख कर आज भी लोग और कुछ स्वप्नशास्त्री आश्चर्य करते हैं।

लेकिन, स्वप्नशास्त्री युंग ने लिंकन के इस स्वप्न की व्याख्या इस प्रकार की है 'यदि हम हत्या से पूर्व के लिंकन की मनोदशा का बारीकी से अध्ययन करें तो इस स्वप्न और संसिद्धि का रहस्य आसानी से हमारी समझ में आ सकता है। दुबारा राष्ट्रपति निर्वाचित होने पर, नीग्रो लोगों को गोरे लोगों के समान अधिकार दिलाने की उन की नीति के कारण दक्षिणी अमरीका में उन के शत्रुओं की संख्या काफी बढ़ गयी थी। इन में से कुछ ऐसे थे जो लिंकन को मार ही डालना चाहते थे। राष्ट्रपति की हत्या के षडयन्त्रों के समाचार प्राय प्रतिदिन समाचारपत्रों में [illegible] थे। कुछ दुःसाहसी विरोधियों ने तो लिंकन को पत्र लिख कर चेतावनी [illegible] कि उन का अन्त समय निकट आ गया है। लिंकन के मित्र, सहयोगी और [illegible] काफी चिंतित रहने लगे थे। अन्दर ही अन्दर चिंतित लिंकन भी थे, [illegible] निश्चिन्त और प्रसन्न दिखाई देते थे, तथा अपनी हत्या की सब [illegible] टाल देते थे। लेकिन उन के यथा अन्तर्मन ने ही जैसे उस स्वप्न [illegible] चेतावनी दे दी थी कि हत्या से बचने के लिए सावधानी की आ[illegible]।"

स्वप्न और यथार्थ में ऐसी ही विस्मयजनक समानता [illegible] घटना से करीब ५० वर्ष पूर्व घटी एक घटना के माध्यम से भी [illegible]

पार्लियामेंट में उस समय हुई जब वे सफेद वेस्टकोट पहने हुए थे और उस पर खून के धब्बे उसी प्रकार पड़े जिस प्रकार सपने में जान विलियम्स को दिखाई दिये थे। हत्यारों के हुलिये और पोशाकें भी हूबहू सपने में दीखे हुलियों और पोशाकों के समान ही थीं।

सपनों की ऋणी-जॉन आफ आर्क

इतिहास प्रसिद्ध जॉन आफ आर्क को अपने जीवन कार्य की प्रेरणा सपनों में ही मिली थी। इतना ही नहीं उस के जीवनी लेखक का कहना है कि भावी घटनाओं का संकेत करने वाले स्वप्न आजीवन उसे प्रेरणा और दिशा प्रदान करते रहे।

अमरीका के विशाल नगर साल्ट लेक के जन्म और विकास का श्रेय भी एक स्वप्न को ही प्राप्त है। जोसेफ स्मिथ नामक व्यक्ति को सपना दिखाई दिया कि घने जंगलों में जाकर वह इस पवित्र भूमि का आविष्कार और उद्धार करे। उस ने ऐसा ही किया, और वर्तमान साल्ट लेक नगर उसी के प्रयत्नों का साकार रूप है।

अफ्रीका की मसाई नामक कबीले के चिकित्सक लाइबन ने जिन की मृत्यु उन्नीसवीं सदी के मध्य में हुई एक स्वप्न के माध्यम से अफ्रीकी महाद्वीप में गोरे लोगों के आगमन की बात काफी पहले जान ली थी। उन्होंने एक सपने में देखा कि एक गोरा व्यक्ति अफ्रीका में एक लम्बा चौड़ा सांप (जो वास्तव में रेल का प्रतीक था) लेकर आया है, और यह सांप अफ्रीका में फलता जा रहा है। इसी सपने में उन्होंने गोरे व्यक्ति को एक विशाल पक्षी (वायुयान का प्रतीक) को उड़ाते देखा। उन्होंने अगले दिन अपने कबीले के लोगों से कहा कि यदि उन्होंने भविष्य में अफ्रीका आने वाले गोरे व्यक्तियों से छेड़छाड़ की या उनके काम में बाधा पहुँचायी तो वे प्लेग के शिकार हो जायेंगे। गोरे लोगों के अफ्रीका-आगमन के बाद जब तक इन लोगों ने इस चेतावनी को ध्यान में रखा, उन का कुछ न हुआ पर इस चेतावनी को भूलते ही उन में से अधिकांश को प्लेग ने आ दबोचा।

इतिहास प्रसिद्ध राजा क्रोसू को एक रात सपने में दिखाई दिया कि किसी ने उस के पुत्र एथिस की हत्या कर दी है। उस ने अपने पुत्र की रक्षा के लिए एक व्यक्ति का नियुक्त किया पर इसी व्यक्ति ने कुछ दिन बाद एथिस की हत्या की। क्रोसू का सपना अन्ततः सच्चा साबित हुआ।

प्रत्यक्ष घटनासूचक सपने

इतिहास के प्रेमी जूलियस सीजर की हत्या के उस प्रकरण से भी परिचित हैं जो सीजर की पत्नी कलपर्निया के एक स्वप्न के पश्चात हुई थी। इस सपने में कलपर्निया ने एक अनजान व्यक्ति को सीजर की हत्या करते देखा था। सीजर की हत्या अन्त में उसी ढंग से हुई जिस ढंग से उस की पत्नी ने सपने में होती देखी थी।

अमरीका मे एक जज ने एक रात सपना देखा कि वह एक गिरजे में हो रही अन्त्येष्टि क्रिया मे भाग ले रहा है और यह क्रिया सम्पन्न कराने वाला पादरी उस की ओर देख कर कह रहा है "३१ दिन"। जज ने यह भी देखा कि शवपेटी में अमरीका के तत्कालीन प्रेसीडेंट रूज़वेल्ट का शव है। प्रेसीडेंट रूज़वेल्ट उन दिनों जीवित और काफ़ी स्वस्थ थे।

जागने के बाद जज महोदय ने इस दु:स्वप्न को भूलने की कोशिश की। पर ठीक ३१ दिन बाद उन्हें अपनी माता के अन्त्येष्टि संस्कार में जाना पड़ा। स्वप्नशास्त्री यह बताने में असमर्थ है कि उन्हें सपने में अपनी माता के स्थान पर शवपेटी में लेटे रूज़वेल्ट के दर्शन क्यों हुए थे। सम्भवत: वह अपनी माता का उतना ही आदर करते थे, जितना रूज़वेल्ट का।

यह प्रत्यक्ष घटनासूचक सपना कुछ समय पूर्व, अमरीका के एक विख्यात मानस रोगविशेषज्ञ को दिखाई दिया था। सपने में उन्होंने देखा कि एक सुरंग के द्वार पर दो रेलगाड़ियों की भिड़न्त के कारण जान माल की काफ़ी हानि हुई है। सपने में घायल यात्रियों की चीख-पुकार उन्हें साफ़ सुनाई दे रही थी। वे हड़बड़ा कर उठ बैठे, और यह सपना अपनी पत्नी को सुनाने लगे। इस घटना के कुछ घंटे बाद, क़रीब ७० मील की दूरी पर एक सुरंग के द्वार पर दो रेलगाड़ियों की भिड़न्त सचमुच हुई। इस दुर्घटना में जान-माल की काफ़ी हानि हुई।

रेल-दुर्घटना के एक अन्य भविष्यसूचक सपने ने अमरीका में एक युवक की जान बचायी थी। यह युवक जिस दिन रेल-द्वारा यात्रा करने वाला था, उस से पूर्व रात में दिखाई दिये एक सपने में उसने देखा कि एक रेल-दुर्घटना में गाड़ी के डिब्बे में रखे स्टोव के अपने ऊपर गिर जाने के फलस्वरूप वह गम्भीर रूप से घायल हुआ है। यह सपना देख कर उस ने रेल-यात्रा का विचार स्थगित कर दिया। यह उस के हित में अच्छा ही हुआ। क्योंकि जिस रेल द्वारा वह यात्रा करने वाला था, वह सचमुच दुर्घटना ग्रस्त हुई। इतना ही नहीं, इस दुर्घटना में एक व्यक्ति रेल-दुर्घटना के कारण नहीं, एक स्टोव के अपने ऊपर गिर पड़ने के परिणामस्वरूप गम्भीर रूप से घायल हुआ।

सपने में भयानक हत्या का पूर्वाभास

कुछ समय पहले समाचारपत्रों में एक घटना प्रकाशित हुई था, जिस में रोम की एक पत्नी ने सपने में घर से बाहर गये अपने पति की मृत्यु का दृश्य स्पष्ट रूप से देखा था। उस ने सपने में उस युवती को भी जीवन में पहली बार देखा, जिस से उस का पति प्रेम करता था और जो उस की मृत्यु का कारण बनी थी। सपने की इस पहचान के बल पर ही रोम की पुलिस उस युवती को गिरफ़्तार कर सकी।

पत्नी का नाम था एमीलिया। एक रात जब धनी और व्यापारी पति किसी काम से रोम से बाहर गया हुआ था, उस ने सपने में देखा कि एक सद और खाली

कमरे में, जो देखने में गरज सा लगता था, उस का पति मरा हुआ पड़ा है। तभी एक आकर्षक युवती वहाँ आयी, और उस को (पत्नी को) ओर उपहासपूर्ण दृष्टि से देखने लगी।

इस भयानक सपने को देखते ही एमीलिया की आँखें खुल गयीं। यद्यपि उस ने एक सपना ही देखा था, तथापि उसे लगा कि उस के पति किसी दुर्घटना में ग्रस्त होकर मर गये हैं।

तीन दिन तक पति के आने की प्रतीक्षा करने के बाद, वह पुलिस-स्टेशन पहुँची। तीन दिन पहले उस ने जो डरावना सपना देखा था, उसे पुलिस को सुना कर वह कहने लगी 'मेरे पति तीन दिन से लापता हैं। मुझे डर है कि उन की हत्या कर दी गयी है। मुझे यह भी डर है कि इस काण्ड में उस युवती का हाथ है जो सपने में मेरी ओर देख कर मुसकरा रही थी।

पुलिस के यह पूछने पर कि क्या उस के पति की कोई प्रेमिका थी? उस ने कहा कि उसे इस बारे में कोई जानकारी नहीं है। पुलिस ने मामले की जाँच का आश्वासन दिया।

अगले चौबीस घंटा तक एमीलिया अपने फ्लैट में अपनी एक पुरानी सहेली एंजिला के साथ रही। बाद में एंजिला ने पत्रकारों को बताया, 'एमीलिया को पूरा विश्वास था कि उस के पति की हत्या की गयी है और अब वह अपने पति के दर्शन कभी नहीं कर पायेगी।'

एमीलिया की धारणा गलत नहीं निकली। अगले चौबीस घंटा के अन्दर ही पुलिस ने उस के पति का शव रोम से पचास मील उत्तर में स्थित एक खोह में बरामद किया। खोह के बाहर पुलिस को एमीलिया के पति की ध्वस्त कार भी मिली, जिस से आभास होता था कि मौत कार दुर्घटना के कारण हुई है।

यदि एमीलिया ने पुलिस को अपने सपने के बारे में न बताया होता तो पुलिस इस मामले को दुर्घटना ही मान कर उसे समाप्त कर देती। पर, सपने के बयान को आधार मान कर पुलिस ने शव-परीक्षा का आदेश दिया। शव परीक्षा से यह खौफ़नाक तथ्य सामने आया कि एमीलिया के पति रूसो की हत्या उसे जहर देकर की गयी थी।

कुछ दिन बाद, पुलिस ने एक होटल में रूसो की प्रेमिका लिसा और उस के प्रेमी मारो को रूसो की हत्या करने के अभियोग में गिरफ्तार किया। पूछताछ से पता चला कि लिसा रूसो से ऊब चुकी थी, पर रूसो उस का पीछा छोड़ने को तैयार न था। लिसा और उस के प्रेमी मारो ने गुप्तरूप से समझौता किया कि रूसो से एक लम्बी रकम ऐंठ कर उस का खातमा कर दिया जाये। इस रकम से वे दोनों अपने लिए एक मकान खरीदना चाहते थे।

लिसा के आग्रह पर रूसो ने यह रकम बैंक से निकाल कर उसे दे दी। रकम

ने कर लिसा ने उसे शराब का एक पेग दिया, जिस में मारी ने पहले से ही जहर मिला रखा था। इसे पीते ही रूसो खत्म हो गया। दोनों ने उस की लाश को स्वयं उस की ही कार में लादा, और उस खोह में ला कर छोड़ दिया, जिस का जिक्र अभी अभी हो चुका है। खोह के बाहर खड़ी रूसो की कार को उन्होंने ध्वस्त कर दिया, ताकि देखने वालों को लगे कि रूसो की मौत कार-दुर्घटना के कारण हुई।

मारी ने अपने बयान में कहा कि वह इस हत्याकाण्ड में शामिल नहीं था। पर उस की इस बात का विश्वास न पुलिस ने किया न अदालत ने। दोनों को आजीवन कारावास का दण्ड प्रदान किया गया।

इस मामले में दो विस्मयजनक तथ्य और सामने आये। जब पुलिस ने शिनाख्त के लिए एमीलिया की लिसा का फोटो अन्य युवतियों के फोटो के साथ दिखाया, तो उस ने फौरन लिसा को पहचानते हुए कहा, 'यही थी वह युवती जो सपने में मेरी ओर देख कर हंस रही थी।' उधर, लिसा ने अपने अन्तिम बयान में स्वीकार किया कि जब उस ने और मारी ने रूसो की लाश को खोह में रखा था, तो उसे यह स्पष्ट अनुभूति हुई थी कि कोई अपरिचित महिला उसे ऐसा करते देख रही है। यह अनुभूति इतनी तीव्र थी कि उस ने मारी से भी इस का जिक्र किया। पर, मारी ने खोह के अन्दर-बाहर अच्छी तरह देखभाल कर के लिसा को बताया कि उन दोनों के अतिरिक्त वहाँ कोई नहीं है।

इस घटना से मिलती-जुलती एक घटना आज से करीब पचास वर्ष पूर्व घटी थी।

अमरीका के वाल्टर प्रिंस नाम के एक डॉक्टर को एक रात एक अजीब सपना दिखाई दिया। उन्होंने देखा कि एक स्त्री ने उस के हाथ में लाल स्याही से लिखा एक कागज दिया है। कागज में लिखा था कि पत्र लाने वाली स्त्री को मौत की सजा दी जाय। इस से पहले कि डाक्टर यह तय कर सकें कि यह स्त्री कौन है, उन्होंने अनुभव किया कि कोई अज्ञात व्यक्ति ऐसी सजा देना आरम्भ भी कर चुका है। तभी उन्हें यह अनुभूति भी हुई कि पत्र लाने वाली स्त्री ने अपने हाथ से उन का हाथ जोर से पकड़ कर अपने दाँतों में उन के एक हाथ की अँगुलियाँ फँसा ली हैं, और इस के तुरंत बाद ही उस स्त्री का सिर धड़ से अलग हो गया।

अगले दिन उन्होंने समाचारपत्रों में सारा हंड (हिन्दी अर्थ हाथ) नाम की स्त्री के पटरियों पर सिर रख कर आत्महत्या करने का अद्भुत समाचार पढ़ा। समाचार में बताया गया था कि इस अर्द्धविक्षिप्त स्त्री के मन में यह धारणा घर कर गयी थी कि उस के धड़ और सिर का अलग अलग अस्तित्व है, और वे दोनों पृथक् रूप से जीवित रह सकते हैं। मरने से पहले वह एक पत्र लिख कर छोड़ गयी थी कि उसे विश्वास है कि उस की आत्महत्या के बाद भी उस का धड़ जीवित रहेगा और बाकायदा बातचीत करेगा। समाचार के साथ स्त्री के चेहरे का चित्र भी प्रकाशित

हुआ था, जो उस स्त्री के चेहरे से बहुत मिलता था, जो डॉक्टर स्मिथ को सपने में दिखाई दी थी।

इस सपने का वर्णन अमरीकी पराशायकालोजी स्मिथ इन्स्टीट्यूट के सामने करते हुए डॉक्टर स्मिथ ने कहा 'यह सपना न जाने कैसे मुझ से आ टकराया?'[1]

सपनों के बारे में वैज्ञानिक शोध करने वालों द्वारा इस रहस्य को दो अन्य विस्मयजनक सपनों के बारे में भी पता चला है।

इंग्लैंड का जॉन विलियम्स नामक एक धर्मप्राण व्यक्ति जुएबाजी और घुड़दौड़ से सख्त नफरत करता था। पर, ३० मई १९३३ की रात को उसे सपना दिखाई दिया कि अगले दिन होने वाली विख्यात डर्बी घुड़दौड़ में चार खास घोड़े प्रथम चार स्थानों पर आये हैं। सुबह उठते ही अपने इस सपने की चर्चा कुछ व्यक्तियों से की, पर किसी ने उस पर विश्वास नहीं किया।

लेकिन जब घुड़दौड़ के बाद रेडियो पर विजेता घोड़ों के नामों की घोषणा होने लगी, तो ज्ञात हुआ कि वे चार घोड़े ही पहले चार स्थानों पर आये हैं, जो विलियम्स को सपने में दिखाई दिये थे।

दूसरी घटना में इंग्लैंड की श्रीमती क्लार्क नाम की गृहिणी को सपने में दिखाई दिया कि वह अपनी कुछ सहेलियों के साथ वर्दिंग नामक स्थान में पिकनिक मनाने गयी हैं। वर्दिंग में उस की एक सहेली थी जो प्रायः उसे अपने स्थान पर पिकनिक मनाने के लिए आमन्त्रित करती रहती थी। ऐसे अवसरों पर वह अपनी कार उसे लिवा लाने के लिए स्टेशन पर भेजती थी इसलिए यह सपना देख कर श्रीमती क्लार्क को कोई आश्चर्य नहीं हुआ। उसे आश्चर्य इस बात से हुआ कि सपने में उस की मेज़बान ने कार के स्थान पर घोड़ागाड़ी भेजी थी। सपने में श्रीमती क्लार्क ने यह भी देखा कि रास्ते में काले रंग का बटुआ पड़ा है जो नोटों और रेज़गारी से भरा है।

एक पखवारे के बाद श्रीमती क्लार्क को अपनी मेज़बान के निमन्त्रण पर पुनः वर्दिंग जाने का अवसर मिला। मेज़बान उसे अपनी घोड़ागाड़ी में लिवाने आयी क्योंकि उस की कार खराब थी। घोड़ागाड़ी में बैठ कर श्रीमती क्लार्क ने अपनी मेज़बान से कहा 'गाड़ी ज़रा धीरे धीरे चलवाना, क्योंकि मुझे रास्ते में काले रंग का एक बटुआ मिलेगा।' मेज़बान को उस की यह बात सुन कर बड़ी हैरत हुई। यह हैरत तब और ज़्यादा बढ़ गयी जब सचमुच उन्हें रास्ते में काले रंग का एक बटुआ पड़ा हुआ मिला जो नोटों और रेज़गारी से भरा था।

यह एक ऐसा सपना था, जो स्वप्न देखने वाले व्यक्ति को ठीक उसी रूप में दिखाई दिया था, जिस रूप में वह बाद में घटित हुआ। पर अधिकांश सपनों में प्रायः ऐसे तत्त्व निहित रहते हैं जिन की उत्पत्ति के मूल सूत्र को पकड़ाई आसानी से नहीं

१ *Subconscious Intelligence Underlying Dreams*—Macmillan Co

हो पाते। ऐसे दुर्बोध सपने या तो भावी मंगल के सूचक होते हैं, या भावी अमंगल के।

सुनिए ऐसे कुछ और रहस्यमय सपनों की सच्ची कहानियाँ

० अमरीका के ओरेगन नामक स्थान के एक सिपाही को सपना दिखाई दिया कि उस के भाई की अप्रत्याशित रूप से मृत्यु हो गयी है। इस सपने से भयभीत हो कर वह जागा ही था कि फोन की घंटी बज उठी। फ़ोन पर कोई परिचित स्वर उस से कह रहा था कि उस के भाई का अचानक देहावसान हो गया है।

० इस से भी विचित्र एक अन्य अमरीकी सैनिक को हुआ। छुट्टी पर घर आये इस सैनिक को मालूम पड़ा कि उसी गाँव में रहने वाली उस की प्रेमिका हाल ही में आये भूकम्प के कारण मलबे में कहीं दबी पड़ी है। काफ़ी खोज करने पर भी वह मलबे में से अपनी प्रेमिका को पाने में असफल रहा। तब, उसी रात को उस ने सपने में वह स्थान देखा, जहाँ उस की प्रेमिका दबी पड़ी थी। अगले दिन, वह स्वप्न में दिखाई दिये स्थान में दबी पड़ी अपनी प्रेमिका को मलबे के अन्दर से बाहर निकाल लाया।

० १९१५ में स्वीडन के जनरल जॉन को रुग्णावस्था में एक अजीब सपना दिखाई दिया। सपने में उन्होंने देखा कि स्टाकहॉम में अज्ञात हत्यारों ने उन के मित्र जनरल बेकमन को मार डाला है। सारी रात वे यही चिल्लाते रहे 'कमाल है, नर्स! तुम्हें सामने उस का शव पड़ा नहीं दिखाई देता? फ़र्श पर पड़े ख़ून के धब्बे नहीं दिखाई देते?''

उन की नर्स ने उन के प्रलापों पर कोई ध्यान नहीं दिया और आराम से बिस्तर पर लेटी रही। पर जब उस ने सुबह समाचारपत्रों में पढ़ा कि स्टाकहॉम में जनरल बेकमन की हत्या कर दी है तो दंग रह गयी।

० एक रविवार को अमरीकी सेना का एक अफ़सर अपनी पत्नी के साथ कार में कहीं जा रहा था। रास्ते में अफ़सर की पत्नी को झपकी आ गयी। पर, सहसा उस की आँखें खुल गयीं, और उस ने अपने पति का हाथ झकझोरते हुए कहा, 'मैं ने अभी-अभी सपना देखा है कि हमारी लड़की के साथ एक गम्भीर कार दुर्घटना हो गयी है।'

अफ़सर को अपनी पत्नी के सपने पर विश्वास तो नहीं हुआ, पर उसे सन्तोष देने के लिए उस ने घर आ कर लड़की के घर फ़ोन किया। ज्ञात हुआ कि सचमुच लड़की एक गम्भीर कार दुर्घटना का शिकार हो गयी थी, और यह भी कि कार दुर्घटना ठीक उसी समय हुई थी जब उस की माँ को यह दृश्य सपने में दिखाई दिया था।

० एक युवक रात में एक दुःस्वप्न देख कर बुरी तरह चीख पड़ा। जब उस की पत्नी ने उसे जगाया तो उस ने इस सपने की कहानी अपनी पत्नी को सुनायी। उस ने सपने में अपने आप को सफ़ेद रंग के एक बड़े कमरे में पाया था, जहाँ एक बड़ी मेज़

अपितु एक वैज्ञानिक सत्य है। हाँ, फ्रायड जिस रूप में स्वप्नों को भविष्यवक्ता मानते है, वह अत्याधुनिक मानसशास्त्रियों की धारणा से बहुत भिन्न है। लब्धप्रतिष्ठ मानसशास्त्री कार्ल जुंग का कहना है कि विशुद्ध रूप से भविष्य की सूचना देने वाले सपने मानसशास्त्र के नहीं अपितु अध्यात्म के विषय है।'[1] इसे अपना गहनतम अनुभव मानते हुए वे आगे कहते हैं 'मेरी अन्तरात्मा को नियति निर्धारित कार्यों के पूर्ण करने का संकेत प्रायः सदा अर्द्धचेतनावस्था में ही मिला है। उन की पूर्णता में ही मैं ने जीवन को सफल माना है। इस अदृश्य शक्ति को प्रमाणित करने की कोशिश मैं ने कभी नहीं की पर वह मेरे सम्पूर्ण जीवन को संचालित करती रही है। कोई भी युक्ति मेरी इस श्रद्धा को डिगा नहीं सकती। ऐसे क्षणों में मुझे काल के व्यतीत होने का भान नहीं होता मैं असीम और शाश्वत में खो जाता हूँ। मेरे सब कार्य इसी शक्ति से प्रेरित होते हैं और मेरी इच्छा से कुछ नहीं होता। इसी अचल विश्वास ने मुझे अपने नियत मार्ग पर दृढ़तापूर्वक चलने का बल प्रदान किया है।'[2]

जुंग के समान 'ऐन एक्सपरिमेंट विद् टाइम' नाम की अपनी पुस्तक में लेखक डन ने भी सपनों के उपरोक्त स्वरूप के अनेक उदाहरण प्रस्तुत किये हैं, और विज्ञान द्वारा उन्हें सत्य प्रमाणित करने का प्रयत्न किया है।

यूरोप के विश्वविख्यात पादरी आर्कबिशप लाड और जॉन वीजले को, स्वयं उन के कथनानुसार 'ईश्वरीय आदेश' सपनों में ही मिलते थे।

ब्रिटेन के प्रसिद्ध योद्धा किचनर की भी आस्था थी कि सपनों में भविष्यवाणी करने की क्षमता होती है। उन की जीवनी पढ़ने से ज्ञात होता है कि सपनों में उन्हें भावी घटनाओं का आभास सा मिलता ही था, भूत और वर्तमान की घटनाएँ भी साकार हो जाती थी।

इतिहास प्रसिद्ध जनरल गार्डन के प्राण एक अवसर पर एक सपने ने ही बचाये थे। एक बार जब वे चीन में थे तब उन्हें सपने में दिखाई दिया कि एक *नदी पार करते समय उन की नाव जिस में उन के अलावा कुछ चीनी सैनिक भी* थे डूबने लगी है। तभी उन्होंने देखा कि उन के पास एक ऐसा सैनिक खड़ा है, जिसे उन्होंने कुछ समय पहले अनुशासन भंग करने के अपराध में सजा दी थी। यह सपना उन्होंने लगातार दो बार देखा और दोनों बार उन्हें वही सैनिक अपने पास खड़ा दिखाई दिया। इस घटना के कुछ समय बाद, जनरल को सचमुच अपने सैनिकों के साथ एक नाव में नदी पार करने की आवश्यकता पड़ी। उन्हें यह देख कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि नाव का आकार और रंग वैसा ही था जैसा उन्हें सपने में दिखाई *दिया था और नदी भी वही थी, जो उन्होंने सपने में देखी थी। नाव में वह सैनिक* भी सचमुच मौजूद था जिसे उन्होंने सजा दी था।

---

१ The Undiscovered Self—Doubleday
२ Ibid

उन्होंने तुरन्त नाव की जाँच का आदेश दिया। जाँच से पता चला कि उस की पेंदी में बारीक छेद थे, जिन के कारण नाव बीच में ही डूब सकती थी। जैसे ही यह बात जनरल को मालूम हुई उन्होंने उस सैनिक को ओर देखा, जिसे उन्होंने कभी सजा दी थी। सैनिक ने अपना अपराध स्वीकार करते हुए उन के पाँव छू लिये। अपनी डायरी में जनरल गॉर्डन ने लिखा कि "अगर मैं सपने में मिली चेतावनी पर ध्यान न देता, तो मैं और मेरे सब सैनिक निश्चय ही नदी में डूब जाते, कारण नदी की तेज और खतरनाक जलधारा में हम लोग तैर कर किनारे तक नहीं आ सकते थे।"

जब सपने प्राणदायक बने

सम्भावित मृत्यु के पूर्वाभास का ऐसा ही एक विचित्र अनुभव दो वर्षों तक बर्मा तथा मलाया में ब्रिटिश वायुसेना का अध्यक्ष रहने वाले एयर-मार्शल विक्टर गोडाड का हुआ था। यह सच्ची घटना गॉर्डन वाली घटना से इस मायने में अलग है कि इस में सपना सम्बन्धित व्यक्ति ने नहीं, एक असम्बद्ध व्यक्ति ने देखा था।

एक पार्टी में गोडाड ने अपने पीछे खड़े हुए एक नौसेना-कमांडर को अपने एक साथी से यह कहते सुना कि "कल रात गोडाड एक विमान-दुर्घटना में काम आये।" गोडाड ने जब मुड़ कर उस की ओर देखा, तो वह कमांडर चकित रह गया। उस ने बताया कि उस ने कल रात सपने में एक विमान दुर्घटना देखी थी, जिस में गोडाड का डकोटा विमान शाम के समय, चीन या जापान में कहीं, पथरीले समुद्र तट पर गिरा था। विमान में गोडाड और चालक-दल के सदस्यों के अलावा दो असैनिक थे—एक पुरुष, और एक महिला। उस ने यह सपना विस्तार से गोडाड को सुनाया।

गोडाड ने डेविंग नाम के इस कमांडर का आभार व्यक्त करते हुए कहा "मैं एडमिरल माउंटबेटन के निजी डकोटा में टोकियो होता हुआ इंग्लैंड जाने वाला हूँ। अब मैं अपने साथ सिर्फ़ चालक-दल के सदस्यों को ही ले जाऊँगा, किसी और को नहीं।"

कुछ ही मिनट बाद, एक पत्रकार ने आकर गोडाड से प्रार्थना की कि क्या वह उसे अपने डकोटा में टोकियो तक ले जायेंगे। सपने की याद करते हुए उन्होंने उसे मना कर दिया। पर उसी शाम उन्हें स्थानीय ब्रिटिश वाणिज्य महादूत का आवश्यक सन्देश मिला कि वे गोडाड के जहाज़ में टोकियो तक जायेंगे? इस प्रार्थना को अस्वीकार करना उन के लिए सम्भव न था। फिर भी उन्हें सन्तोष था कि कोई असैनिक महिला उन के साथ नहीं होगी।

लेकिन कुछ समय बाद वाणिज्य महादूत ने गोडाड से कहा कि उन के साथ उन की स्टेनोग्राफर भी जायेगी। गोडाड ने बहुत आग्रह किया कि कोई पुरुष-स्टेनो

साथ जाये पर वह न मिला। अन्ततः डकोटा में गोडाड की योजना के विपरीत, उन के अलावा दो असैनिक और चले—एक पुरुष और एक महिला, जैसा डेविंग को सपने में दिखा था।

घने काले बादलों और अविश्वसनीय मौसम के बीच डकोटा उड़ने लगा। कुहासा क्रमशः घना होता गया। डविंग के सपने के अनुसार दुर्घटना शाम को बर्फीली आँधी के बीच हुई थी। १७००० फुट की ऊंचाई पर, बादलों के बीच आकर, डकोटा के कप्तान ने कहा कि आक्सीजन की कमी अनुभव हो रही है। उस ने नीचे उतरने का निश्चय किया। तेजी से बर्फ गिर रही थी, और नीचे सागर की विकराल लहरें उफन रही थीं। समय था – साढ़े तीन। सपने की सारी परिस्थितियाँ मौजूद थीं। गोडाड घबरा रहे थे, कारण अगले क्षणों में जो कुछ होने वाला था, और जिस पथरीले समुद्र तट पर जहाज उतरने जा रहा था, उस का आभास उन्हें डविंग के सपने से पहले ही मिल चुका था। उन्होंने आँखें बन्द कर लीं।

उतरते समय जहाज और उस के यात्रियों के बचने की कोई आशा न थी, पर भाग्य उन के साथ था। वे मौत को चकमा देकर बाल बाल बच गये। पर, डविंग को जो दुर्घटना सपने में दिखाई दी थी, वह उसी प्रकार घटी। अन्तर यही रहा कि कोई मरा नहीं।

बाद में डेविंग ने पत्र लिख कर गोडाड को सूचित किया कि सपने की दुर्घटना निश्चय रूप से गम्भीर थी पर हो सकता है कि उसने गोडाड को मृत न देखा हो।

धर्मयुग' में प्रकाशित एक समाचार के अनुसार ताशकन्द की एक सोवियत छात्रा ने ९ जनवरी, १९६६ को एक सपना देखा कि वह एक कब्रिस्तान में खड़ी है, और उसे एक उड़ती हुई छोटी सी मृत देह दिखाई पड़ रही है जिस का चेहरा लाल बहादुर शास्त्रीजी से मिलता है। वह घबरा गयी। पर उसी दिन एक सभा में शास्त्रीजी का भाषण सुन कर उसे कुछ सन्तोष हुआ।

पर, उसी रात ताशकन्द में रहने वाले एक भारतीय सज्जन को भी जिन से छात्रा ने स्वप्न का जिक्र किया था सपना दिखाई दिया कि शास्त्रीजी का देहावसान हो गया है। उन्होंने स्वप्न को हँसकर उड़ा दिया। पर ११ जनवरी को सुबह को उन्हें अपने सपने का असली अर्थ मालूम पड़ा।

आस्ट्रिया के साथ हो रहे युद्ध में युद्ध भूमि में जाते समय नेपोलियन प्रथम अपनी गाड़ी में सो गये। उन्हें सपना दिखाई दिया कि उन के चारों ओर बमबारी हो रही है और भूमि पर सुरंग बिछी है। वे यह चिल्लाते हुए जाग पड़े— 'हम विस्फोट-क्षेत्र में हैं!' और सचमुच हां, जागने पर उन्होंने अपने को सुरंगक्षेत्र में पाया। यदि उन्हें यह सपना न दिखाई देता तो उन का अन्त निश्चित था।

सपने किस प्रकार प्राण बचा कर नवजीवन प्रदान कर सकते हैं इस की एक और घटना सुनिए, जिस ने करीब पचास साल पहले दुनिया को घोर आश्चर्य में डाल

दिया था।

अक्तूबर, १९१८ में पालैंड के जरनक नगर की एक युवती मेरना को एक भयानक स्वप्न दिखाई दिया कि उस का प्रेमी स्टनिस्लास एक अनात युद्धध्वस्त किले का अँधेरी सुरग में रास्ता टटोल रहा है। उस के भरपूर प्रयत्न करने पर भी चट्टान और लकडी के तख्ते नहीं हटते, और वह बार बार निराश हाकर रोने लगता है। यह सपना उसे लगातार कई बार दिखाई दिया। स्टनिस्लास प्रथम विश्व युद्ध के लाखो सनिको की भांति लापता था, और किसी का उस के बारे में कोई सूचना न थी।

१९१९ के ग्रीष्मकाल में मेरना ने इस सपने का नये रूप में देखा। उस ने देखा कि उस का प्रेमी एक किले के चकनाचूर स्तम्भ क मलबे के अन्दर स उसे पुकार रहा है। वह मलबा स्वप्न में, उस के बार-बार प्रयत्न करने पर भी नहीं हटा। यह सपना अगले दिन उस ने जिसे भी सुनाया, उसी ने उस की हँसी उडायी। लेकिन, मेरना को यह सपना हर रात आता रहा। अन्त में, वह अकेली ही अपने प्रेमी की खोज में निकल पडी सिर्फ़ भगवान के सहारे।

असम्भव कार्य था यह, कारण यूरुप में अनगिनत क़िले है। काय को असम्भव मान कर काई उस की सहायता करने का भी तैयार न था। और तैयार भी हो जाता तो क्या कर सकता था? फिर भी मेरना ने हिम्मत न हारी, और सपने में मिले सूत्र के सहारे आगे बढता रही। बहुत से क़िले देखने का मिले, पर जो किला उस ने सपने में देखा था, उस का पता कही न था।

लेकिन २५ अप्रल १९२० को एक चमत्कार हुआ। जस ही उस ने पौलैंड के ज्लाटा नामक गाँव क पहाड की चोटी पर स्थित क़िले को देखा, वह हृप के मारे चिल्ला उठी। सामने वसा ही किला दिखाई दे रहा था जसा उस ने सपने में दखा था। उस के चारो ओर भीड जमा हो गयी। सब ने उस की बात सुनी, पर उस पर विश्वास किसी का न हुआ। लेकिन मेरना इस से हतोत्साहित न हुई। उस ने घोषणा की कि वह स्वय मलबा उठायेगी।

अन्त में, कुछ लोग, उस की लगन दख कर, मलबा हटाने को तैयार हो गये। यह आसान काम न था, कारण भारी भारी पत्थरों को भी हटाना था। दो दिन की मेहनत के बाद उन्हें एक छाटा-सा दरवाजा दिखाई दिया। जसे ही वे इस दरवाज़े के पास पहुँचे, उन्हें उस म अन्दर स आती हुई एक करुण आवाज सुनाइ दी।

यह करुण स्वर स्टनिस्लास का ही लगता था। अब मेरना से न रहा गया। वह आग बढ कर खुद अपने हाथा से चट्टान ताडने की कोशिश करने लगी। पर उपस्थित लागों ने उसे ऐसा करने स रोका, और चट्टान ताडने में जुट गये। कुछ देर की मेहनत बाद व चिथडा में लिपटे हुए स्टनिस्लास को बाहर निकालने में सफल हो गये। वह दो साल तक, जब तक वह सपने में मेरना को दिखाई दता रहा था, अँधेरे में रहने

के कारण, अब प्रकाश में आकर बड़ी परेशानी महसूस कर रहा था।

कुछ होश आने पर उस ने लोगों को बताया कि जब लड़ाई हो रही थी, तब वह क़िले के अन्दर था। तोप ने दरवाज़े को तोड़ कर रख दिया था और मलबे के दरवाज़े के बाहर जमा हो जाने के कारण वह बाहर न आ सकता था। थोड़ी पनीर और शराब उस के पास थी। इन दोनों वस्तुओं के सहारे ही वह जीवित रहा। बाहर निकलने के लिए वह दिन रात प्रार्थना करता रहता था।

पोलैंड के सेनाधिकारियों ने इस मामले की पूरी जांच की, और इस अद्भुत सपने की सब बातों को सौ फीसदी सच पाया। स्टनिस्लास ने सेना से मुक्त हो कर अपनी प्रेमिका से विवाह कर लिया।

विश्वसनीय सपना, जो सौ फीसदी सच निकला

आज से करीब अस्सी साल पहले एक और स्वप्न ने देह धर कर सारे विश्व को आश्चर्य में डाल दिया था। इस विचित्र स्वप्न ने दुनिया को एक भीषण प्राकृतिक दुर्घटना का समाचार दिया था।

यह घटना १८८३ में अमरीका के बोस्टन नगर में घटी थी। इस नगर के दैनिक 'बोस्टन ग्लोब' का एक संवाददाता समसन रात के तीन बजे अपना काम पूरा कर के सो रहा था। कुछ देर बाद एक भयंकर स्वप्न ने उसे जगा दिया।

इस भयंकर स्वप्न में उस ने देखा कि एक द्वीप के ज्वालामुखी के मुंह से लावा निकल निकल कर आसपास के गाँवों को नष्ट कर रहा है। इतना ही नहीं, द्वीप के चारों ओर मीलों तक उबलता हुआ सागर भी द्वीप को निगलता जा रहा है। इस विकराल स्वप्न के आतंक से मुक्त हो कर समसन ने, इस स्वप्न को एक कहानी मान कर लिखना शुरू कर दिया। असल में, यह लेख लिखते समय उस का विश्वास था कि पाठक इस स्वप्न वृत्तांत को कहानी के रूप में काफी दिलचस्पी से पढ़ेंगे। उस अनोखे और डरावने सपने के सब दृश्य लेख लिखते समय उसे भलीभांति याद थे। इतना ही नहीं सपने में उस ने उस द्वीप का नाम भी देख लिया था। वह द्वीप जावा के पास प्रालेप नाम का द्वीप था।

अपने स्वप्न वृत्तांत में उस ने सपने की विकरालता को हूबहू दिखाने का प्रयत्न किया। उस ने लिखा कि किस प्रकार ज्वालामुखी के विस्फोटों ने प्रलय का सा दृश्य उपस्थित कर दिया था और नन्हा-सा द्वीप लगातार उन विस्फोटों के कारण कांप रहा था। जहाँ देखो वहाँ आग की बड़ी बड़ी लपटें उठ रही थीं। सागर की पागल और उबलती हुई लहरें द्वीप के आसपास आ जा रहे जहाज़ों को आत्मसात करती जा रही थीं। ये लहरें क्रमश द्वीप को भी अपने गर्भ में समाती जा रही थीं। अंत में ज्वालामुखी के अतिप्रचण्ड विस्फोट के साथ सारा का सारा द्वीप सागर में समा गया और जहाँ कभी प्रालेप द्वीप था वहाँ एक टूटा पहाड़ शेष रह गया – उस द्वीप की याद

सुरक्षित रखने के लिए।

पूरा वृत्तान्त लिख लेने पर उसे वह इतना अच्छा लगा कि सम्पादक का ध्यान आकर्षित करने के लिए उस ने आदत के मुताबिक हाशिये पर 'ज़रूरी' लिख दिया। लेख लिख कर वह काफी थक गया था, और लेख को मेज पर ही छोड़ कर सोने के लिए घर चला गया।

जब सुबह को सम्पादक आया, तो उस ने समसन का 'ज़रूरी' लेख पढ़ कर समझा कि शायद यह कोई समाचार है, जिसे समसन ने अपने ढंग से लेख के रूप में लिखा है। उस ने एक सनसनीखेज़ शीर्षक देकर, उसे मुखपृष्ठ पर सब से अधिक प्रमुखता के साथ छपने के लिए भेज दिया।

इस समाचार के छपते ही, एक समाचार एजेन्सी ने भी इस की नकल अन्य समाचार-पत्रों में छपने के लिए भेज दी। कुछ समाचारपत्रों ने उस द्वीप का विस्तृत ब्यौरे की माँग की। जावा को तार भेजा गया तो कोई जवाब नहीं आया। अब प्रतीक्षा थी समसन की, क्योंकि अकेला वही जानता था कि उसे यह समाचार कैसे मिला?

समसन के ड्यूटी पर आते ही पत्र के सम्पादक और मालिक ने उस से इस समाचार के बारे में प्रश्न पूछने आरम्भ कर दिये। जब उन्हें यह ज्ञात हुआ कि वह समाचार वास्तव में एक स्वप्न-वृत्तान्त था, और जावा के आसपास प्रालेप नाम के किसी द्वीप का नामोनिशान भी नहीं है, तो उन्होंने गुस्से में आ कर समसन को तुरन्त नौकरी से अलग कर दिया।

अब सम्पादक और मालिक के सामने इस गलत समाचार को प्रकाशित करने के लिए क्षमा याचना करने के अतिरिक्त कोई और उपाय न था कारण उन्हीं के पत्र में प्रकाशित इस समाचार की नकल एक समाचार एजेन्सी ने दुनिया भर के बड़े-बड़े अखबारों को भेजी थी और वे सब अखबार प्रालेप द्वीप के नष्ट हो जाने की इस दारुण दुर्घटना का समाचार अपने-अपने मुखपृष्ठों पर प्रकाशित कर चुके थे।

पर जब ही 'बोस्टन ग्लोब' ने भूल-सुधार के साथ क्षमा याचना की, आस्ट्रेलिया, इंडोनेशिया, द० अमरीका आदि से समाचार मिलने लगे कि हिन्द और प्रशान्त महासागरों में किसी विकट दुर्घटना के कारण आतंककारी ज्वार उठ रहे हैं कई जहाज़ लापता हैं और हज़ारों लोग मर गये हैं। विश्व भर की वेधशालाओं के विशेषज्ञों ने कहा कि सातिशय कम्पन की तीव्र तरंगों ने कुछ समय पहले पृथ्वी की तीन बार परिक्रमा की थी। उन्होंने यह भी कहा कि इतने ज़बरदस्त कम्पन का अनुभव पहले कभी नहीं किया गया था। आस्ट्रेलिया, मैक्सिको के तटवासियों ने कहा कि उन्होंने हज़ारों तोपों की गड़गड़ाहट जैसी आवाज़ सुनी जो अवश्य किसी भीषण विस्फोट के कारण हुई होगी।

और कुछ दिन बाद, दुनिया भर के समाचारपत्रों ने यह स्तम्भकारी समाचार

प्रकाशित किया कि २८ अगस्त को, ठीक उसी समय जब सामसन ने यह सपना देखा था, प्राका-तो आ ज्वालामुखी के विस्फोट के कारण इसी नाम का द्वीप जो सुन्दा जलडमरू मध्य में स्थित था सागर में डूब गया। इतनी भयावह दुर्घटना विश्व इतिहास में पहले कभी नहीं हुई थी। पर मजा यह कि सब से पहले उस की सूचना एक स्वप्न ने दी थी। जिस समय यह दुर्घटना घट रही थी, हजारों मील दूर बैठा सामसन उन्हें सपने में देख रहा था।

यह समाचार मिलते ही बोस्टन ग्लोब ने भूल-सुधार का मूल सुधार प्रकाशित करते हुए अपने संवाददाता सैमसन का चित्र भी मुखपृष्ठ पर छापा। पर पाठकों को नहीं बताया गया कि सामसन जिसे नौकरी पर वापस ले लिया गया था को यह 'स्कूप' (विशेष) समाचार कैसे मिला ?

कुछ साल बाद इस दुर्घटना का एक और आश्चर्यजनक पहलू दुनिया के सामने आया। सामसन ने द्वीप का नाम प्रालेप लिखा था, जब कि उस का नाम प्राका-ता-आ था। पर हालैंड की इतिहास संस्था ने यह रहस्योद्घाटन किया कि प्राका ता आ द्वीप का डेढ़ सौ साल पुराना नाम 'प्रालेप' ही था। इस प्रकार यह सिद्ध हो गया कि सपने जब कोई समाचार 'प्रेषित' करते हैं तब तथ्य की कोई गलती नहीं करते।

हैवलॉक एलिस ने एक बार कहा था ' सपने अपनी ही भाषा में बोलते हैं और हमेशा सच ही बोलते हैं। यह बात दूसरी है कि हम उस भाषा को ठीक समझ न पायें, या समझ कर भूल जायें।'[1]

जब नियति सपने में साकार होती है

एक प्रमुख मनोवैज्ञानिक डॉ० राइन ने ४००० भविष्यसूचक सपनों का विधिवत अध्ययन करने के पश्चात यह मत निर्धारित किया है कि काफी व्यक्तियों को भविष्य सूचक सपने दिखाई देते हैं। पर वे या तो इन सपनों को भूल जाते हैं या उन्हें संयोग मान कर टाल देते हैं। डॉ० राइन के अनुसार ऐसे सपने गम्भीर संकट के समय सम्बन्धित व्यक्तियों को दिखाई पड़ते हैं।

अपनी रिपोर्ट में उन्होंने जिन दर्जनों सपनों का उल्लेख किया है उन में सब से ज्यादा दिलचस्प और प्रामाणिक सपना शायद वह है जो अमरीका के एक पत्रकार को दिखाई दिया था। इस सपने में पत्रकार ने देखा कि हवाई जहाज की एक दुर्घटना में तीन युवक बुरी तरह घायल हुए हैं। इन में से एक युवक दुबला पतला था, और उस ने एक अफसर का यूनीफार्म धारण कर रखी थी। सपने में ही उस ने अपने पास बैठी एक महिला से कहा, बिली बुरी तरह घायल हो गया है। डाक्टर को फौरन बुलाना जरूरी है। इसी समय टेलीफोन की घंटी की आवाज ने पत्रकार को जगा दिया।

---

१ The World of Dreams—Philosophical Library

फ़ोन पर पत्रकार से उस के रिश्तेदार ने कहा कि "उस की बहन का लड़का बिली ग़ायब है। वह लड़ाई में गया था, और पिछले कई हफ़्तों से उस की कोई ख़बर नहीं मिली था। पत्रकार ने बिली को तब देखा था जब वह बहुत छोटा था। उन्होंने रिश्तेदार से पूछा, "क्या बिली दुबला-पतला है और अफ़सर भी है?" रिश्तेदार ने उत्तर दिया, 'हाँ।'"

इस घटना के चार-पाँच दिन बाद, रिश्तेदार महोदय को सेना के एक अस्पताल से पत्र मिला कि बिली हवाई जहाज़ की एक दुर्घटना में बुरी तरह घायल हो गया है, और उस के साथ यात्रा करने वाले उस के दो साथी इस दुर्घटना में काम आये। सपना सच निकला।

सच निकलने वाले सपनों में एक अन्य रोचक सपने का उल्लेख भी आवश्यक है।

१९१९ में उर्रेस्को नामक एक विख्यात रूसी नर्तक अपने मित्र पावले के साथ अमरीका के एक प्रसिद्ध आपेरा में काम कर रहा था। आपेरा का संचालक था कापानिनी जो इटली का एक नामी संगीत निर्देशक था। जिन दिनों उर्रेस्को इस आपेरा से सम्बद्ध था, उन दिनों कापानिनी की पत्नी के मन में आस्करवाइल्ड कृत 'इन्फ़ान्टा' पर आधारित एक संगीत-नाटिका को प्रस्तुत करने का विचार आया।

पर, उर्रेस्की चाहता था कि इस संगीत-नाटिका से पहले एक अन्य संगीत नाटिका 'बुद्धार' प्रस्तुत की जाये। 'इन्फ़ान्टा' के प्रस्तुतीकरण में उस की विशेष रुचि नहीं थी क्योंकि उस के विचार से 'इन्फ़ान्टा' की कथावस्तु आपेरा के उपयुक्त न थी।

कापानिनी यूँ उर्रेस्को का आदर करता था, पर अपनी पत्नी की इच्छा का अनादर भी नहीं करना चाहता था। अन्त में, काफ़ी सोच विचार के बाद उस ने एक रास्ता खोज निकाला। उस ने निश्चय किया कि पहले 'बुद्धार' प्रस्तुत किया जाये और बाद में 'इन्फ़ान्टा'। इस से उर्रेस्की भी प्रसन्न रहेगा और उस की पत्नी भी अप्रसन्न नहीं होगी।

इस निश्चय के अनुसार, आपेरा ने पहले 'बुद्धार' को प्रस्तुत किया। यह नाटिका अत्यन्त सफल और लोकप्रिय रही। 'बुद्धार' के प्रदर्शन के बाद आपेरा 'इन्फ़ान्टा' के प्रदर्शन की तैयारी करने लगा। कापानिनी ने इस नाटिका के संगीत निर्देशन की ज़िम्मेवारी बाम नाम के प्रसिद्ध संगीत निर्देशक को सौंपी।

जिन दिनों ये तैयारियाँ चल रही थीं, उन्हीं दिनों उर्रेस्की ने एक विचित्र सपना देखा। सपने में उस दिखाई दिया कि 'इन्फ़ान्टा' का उद्घाटन-समारोह होने को है और दर्शक बड़ी व्यग्रता से उस के प्रदर्शन की प्रतीक्षा कर रहे हैं। तभी सहसा स्टेज पर मोम की बनी एक मूर्ति कहीं से आ कर गिरी। उस का एक भाग स्टेज पर रह गया और दूसरा भाग उस स्थान पर आ कर गिरा जहाँ संगीतकार अपने वाद्ययन्त्रों के साथ बैठे थे। उर्रेस्की की कुछ समझ में न आया कि मोम की वह मूर्ति

जो बड़े दिन के अवसर पर 'क्रिसमस ट्री' की चाटी पर लगायी जाती है, वहाँ से और वसे स्टेज पर आ गिरी। ऐसी मोम की मूर्ति का प्रयोग अधिकतर रूस में होना है।

अचानक उर्क्रेंस्की ने सपने में एक अन्य आश्चयजनक और दिल दहला देने वाला दृश्य देखा। उस ने देखा कि सगीत निर्देशक बाम भागा हुआ स्टेज के पीछे गया, और जहाँ पहले संगीतकार अपने वाद्ययन्त्रों के साथ बठ थे, वहाँ अब कोई नहीं था। वहाँ अब सफेद फूल नजर आते थे, मानो किसी के शव पर फैलाये गय हों।

उर्क्रेंस्की ने इफाटा' का प्रदर्शन १९ दिसम्बर के लिए स्थगित करा दिया। लेकिन, सपने ने जिन तीन अशुभ घटनाओ का सकेत दिया था वह तब भी नही टल पायी। उदघाटन दिवस से कुछ घटे पहले कापानिनी का सहसा देहान्त हो गया। उस के मित्र उस के शव पर चढान के लिए जो सफेद फूल लाये थ उन्हें शव पर चढ़ा दिया गया। पुष्पाच्छादित शव उसी स्थान पर रखा गया जहाँ सगीतकार वाद्ययन्त्रों के साथ बठते थे। इस बात के अलावा सपने की अन्य दो बातें भी सच हुइ। मोत उद्घाटन समारोह के पूव हुई और कायक्रम कापानिनी की मृत्यु के कारण सचमुच स्थगित हो गया जसा कि सपने में बाम के स्टेज के पीछे भागने के सकेत द्वारा उर्क्रेंस्की को दिखाई दिया था। हमारे विचार सपनो में प्रतीको के माध्यम से भी साकार हो सकते है, यह इस उदाहरण से स्पष्ट हो सकेगा।

रूस के एक नगर में एक प्रोफेसर पहली बार आया। पहली ही रात को उस ने एक विचित्र सपना देखा। उस ने देखा कि उस का एक सहयोगी प्रोफेसर जो *विज्ञान अकादमी का सदस्य भी था, हाथ में एक लम्बा गुलमा लिये सिपाही की* पोशाक में सड़क के बीचोबीच खड़ा, ट्रैफिक का सचालन कर रहा है। इस बेहूदा सपने को प्रोफेसर ने भूलना ही उचित समझा, पर वह आसानी से उस की स्मृति से नही उतरा।

कुछ दिन बाद नगर से बिदा लेते समय इस बेहूदा' सपने की उत्पत्ति का मूल प्रोफेसर की समझ में अनायास आ गया। उसे याद आया कि स्टेशन के रास्ते पर उस ने एक घर के बाहर एक डाक्टर के नाम का बोर्ड देखा था। डाक्टर का नाम वही था जो प्रोफेसर के सहयोगी का था। इन दोनो नामो की साम्यता से उसे जो आश्चय हुआ था वही इस सपने मे उस सिपाही की शक्ल के रूप म अभिव्यक्त हुआ जो उसे रोज अपने होटल के कमरे से दिखाई देता था। इतना ही नही वहा से उसे गुलमों की एक दुकान भी रोज दिखाई देती थी। इसी दुकान का एक गुल्मा सपने क कमाल से सपने के ही सिपाही के हाथ में आ गया।

बेल्जियम की एक आकर्षक युवती एनमेरी की दो आकाक्षाएँ थी—एक खास युवक स विवाह करना और आगन बजाने में कुशलता प्राप्त करना। जब उस युवक ने ऐनमेरी से विवाह करन की स्वीकृति दे दी, तो उस ने आगन बजाने का अभ्यास करना बन्द कर दिया।

जिस दिन दोनो का विवाह होने वाला था, उस दिन सुबह को, उस गिरजे का पादरी, जहाँ दोनो का विवाह होने वाला था, ऑगन पर 'विवाह-सगीत' का मधुर स्वर सुन कर उस स्थान की ओर गया, जहाँ से यह स्वर आ रहा था। वहाँ पहुँच कर उस ने एक अजीब दृश्य देखा। वधू की पोशाक पहने ऐनेमेरी ऑगन पर 'विवाह-सगीत' की मधुर धुन निकाल रही थी। उस के हाथ आगन पर जरूर चल रहे थे, पर आँखें बिल्कुल बन्द थी, और लगता था कि वह स्वप्नावस्था में है। ऑगन पर 'विवाह-सगीत' की इतनी मधुर धुन पादरी ने पहले कभी नही सुनी थी। लगता था, कोई विशेषज्ञ और अनुभवी सगीतज्ञ इस धुन को बजा रहा है। ऐनेमेरी तो ऑगन बजाने में नौसिखिया थी।

पादरी ने एक व्यक्ति की सहायता से अचेत ऐनेमेरी को उस के घर पहुँचवाया। जागने पर जब उस से आगन और विवाह सगीत' की धुन के बारे में पूछा गया, तो उस ने इस सम्बन्ध में अपनी अनभिज्ञता जाहिर की। उसे बिलकुल याद न था कि वह कब गिरजा गयी और कब उस ने ऑगन बजाया।

बाद में ज्ञात हुआ कि इस घटना से एक घटा पहले, ऐनेमेरी के प्रेमी ने विवाह करने से इनकार कर दिया था। हताश ऐनेमेरी ने अपनी निराशा को स्वप्नावस्था में वधू की पोशाक पहन कर तथा गिरजे के ऑगन पर स्वय विवाह सगीत' की धुन निकाल कर दूर करने का प्रयत्न किया था। इस अद्भुत प्रयत्न के दौरान ही, वह आगन पर जैसी मधुर धुन निकाल सकी थी, वैसी धुन निकालना जाग्रतावस्था म उस के लिए सम्भव न होता। सन्तोष की जो अनुभूति ऐनेमेरी को जागते समय नही मिली, वह एक दिवास्वप्न म आसानी से मिल गयी।

सचमुच, अपने दिवास्वप्नों में हम कभी कभी ऐसी कठिन समस्याओ का हल पा लेते है, जिन का निवारण हम जाग्रतावस्था में नहीं कर पाते। ऐसे कुछ और उदाहरण प्रस्तुत है।

जर्मनी का एक तरुण सगीतज्ञ एक महान् सगीतज्ञ बनना चाहता था। सतत अभ्यास के बावजूद, उस ने वह आत्मविश्वास जाग्रत नहीं हो पाता था, जो एक महान् सगीतज्ञ में होना आवश्यक है। एक दिवास्वप्न ने उसे इस आत्मविश्वास की प्राप्ति करा दी। इस दिवास्वप्न म उस ने देखा कि वह महान् सगीतज्ञ बीथोवन से खुल कर सगीत विषयक प्रश्नो पर बात कर रहा है।

अमरीका की एक गृहिणी जिस का विवाह हुए कुछ ही दिन हुए थे, अपने पड़ोसियो से मिलने में बड़ा सकोच करती थी। सकोच के मूल में उस की हीन भावना और यह डर था कि पडोसी उस का तिरस्कार करेंगे। एक दिन, उस ने अपने एक दिवास्वप्न में देखा कि वह एक टेलीविजन स्टेशन में है, और वहाँ उस से अपने

पडोसियो के बारे में अपना नि सकोच मत देने को कहा जा रहा है। उस ने अपने सभी अपरिचित पड़ोसियों के बारे में निर्भीक पर सन्तुलित मत दिये। इस दिवास्वप्न के बाद उसे अपने पडोसियों से मिलने-जुलने और बातें करने में कोई सकोच नही हुआ।

अमरीका का ही एक सफल व्यापारी सभा सम्मेलनो में भाषण करने मे बडा घबराता था। जब जब उसे ऐसा भाषण करने के मौके मिलते वह बुरी तरह हकलाने लगता था, और अपने विषय को भी भूल जाता था। एक दिवास्वप्न ने उस की यह परेशानी बडी आसानी से हमेशा के लिए दूर कर दी। इस दिवास्वप्न में उस ने देखा कि वह एक सफल वक्ता के रूप में व्यापारियो के एक प्रमुख सम्मेलन में भाषण दे रहा है। उस के भाषण के पश्चात सपने में श्रोताओं ने जोर जोर से तालिया बजा कर उसे बधाई दी। इस दिवास्वप्न के पश्चात उसे सभा सम्मेलनो में भाषण देने में कोई कठिनाई नही हुई।

ब्रिटेन की एक गृहिणी का समाचार कुछ दिन पहले समाचारपत्रो में प्रकाशित हुआ था। इस महिला को विवाह से पहले टारजन की रोमाचपूर्ण कहानिया पढ़ने का बडा शौक था। धीरे धीरे उस ने स्वय को टारजन की प्रमिका जेन के चरित्र के साथ इतना अधिक आत्मसात कर लिया कि वह रात के समय चुपचाप घर से बाहर आ जाती और बगीचे के पेडो पर ऐसे उछलती कूदती, जैसे टारजन और जेन अपनी कहानियों म उछलते-कूदते है। जाग्रतावस्था में वह पेड पर उछलना कूदना तो दूर, चढ भी नही पाती थी। पर, सपने म उसे बिना किसी पूर्वाभ्यास के पेडों पर उतरने कूदने म कोई दिक्कत नही होती थी। दुर्घटना के भय से उस का पति उस की टाँगें अपनी टाँगो म बाध कर सोता था।

अप्रत्याशित भावी घटनाओ का पूर्वदर्शन—सपनो द्वारा

फ्रास की जनक्राति स पूर्व वहाँ के डॉ० एल्फ्रेड माउरे (१९१७ ७२) को एक अद्भुत स्वप्न दिखाई दिया जो बाद में भयकर रूप से सच तो निकला ही उसे ले कर करीब १७ १८ साल बाद एक फ्रासीसी पत्र मे एक परिचर्चा भी हुई जिस मे भाग लेने वाले सभी विशेषज्ञो ने यह आश्चर्य व्यक्त किया था कि स्वप्न के कुछ क्षणो म एक व्यक्ति को आने वाली घटनाएँ इतने अचूक और विशद रूप से कैसे दिखाई दे गयी ?

यह व्यक्ति बीमारी के कारण अपने कमरे में लेटा हुआ था। पास में उस की माँ भी बैठी थी। धीरे धीरे वह सो गया। सपने में उस ने देखा कि उस के चारों ओर कत्लेआम हो रहा है। अन्त में उसे भी कुछ लोग पकड कर जनक्रान्ति परिषद् के सामने ले गये। वहाँ उस ने अनेक ऐसे परिचित व्यक्तियो को देखा जिन्होंने आगे चल कर सच मुच इस जनक्राति में भाग लिया। इस परिषद के सदस्यों ने बहुत से अपराधियो के बयान ले कर उन्हें प्राणदण्ड सुनाया। वह भी इन अपराधियो में स एक था।

आगे चल कर, उसे वह स्थल दिखाई दिया, जहाँ 'अपराधियों' के सर शिरच्छेद यन्त्र से काटे जाने वाले थे। वहा काफी भीड जमा थी। जब उस का नम्बर आया तो उसे उस तख्ते पर ले जाया गया, जहा उस का सर काटा जाने वाला था। उसे बाँध कर उस का सर नीचा किया गया, और जल्लाद ने शिरच्छेद यन्त्र से उस का सर खटाक से अलग कर दिया। उस ने खुद अपने सर को अपने शरीर से पृथक होते देखा। ठीक इसी समय उस की आँखें खुल गयीं।

आँखें खुलते ही उस ने पाया कि वह पलग से नीचे पडा ह, और पलग का ऊपरी भाग उस की गर्दन पर ठीक उसी प्रकार आ गिरा ह जिस प्रकार शिरच्छेद यन्त्र का ब्लेड उस की गर्दन पर पडता। बाद में, सपने की यही घटना सचमुच घटी।

ऐसे स्वप्न, जो आने वाली घटनाओ का पूर्व दर्शन करा सकें, यदा कदा ही दिखाई पडते ह। अधिकाश स्वप्न तो भूली हुई घटनाओ को ही पुन साकार करते ह, जसे उन्होंने काल रूपी दर्पण पर पडी विस्मृति की धूल को हटा दिया हो। ऐसे ही एक स्वप्न ने कुछ साल पहले, इटली के सदियों से जमीन में गडे एक नगर का उद्धार करने में सहायता पहुँचायी थी।

गेला नाम के इस नगर का आदि निर्माण ईसा के जन्म से लगभग तीन सौ साल पहले हुआ था। बाद में रेत की कई परतो ने इस नगर को ढाँप कर जमीदोज कर दिया। १२३३ में फ्रेडरिक द्वितीय ने इस का उद्धार कर, इस का नाम तरानोवा रखा। लेकिन रेत ने फिर इसे नष्ट कर दिया। उस के अधिकाश भाग फिर जमीन में समा गये। १९४३ म मित्र देशो की गोलाबारी के फलस्वरूप इस की कुछ दीवारें ध्वस्त हुई।

१९४८ में इटरलिसी नामक व्यक्ति को एक सपना दिखाई दिया कि उस की अगूरवाटिका के नीचे एक खजाना छिपा पडा ह। उस की अगूरवाटिका वही थी, जहाँ गेला के ध्वसावशेष मौजूद थे। उस ने जाग कर अपने बच्चो को इस सपने के बारे में बताया। सब ने उसे पागल समझा। पर, उसे पूरा विश्वास था कि कोई खजाना अवश्य अगूरवाटिका के नीचे ह। उस ने वहाँ खुदाई आरम्भ कर दी।

उसे खुदाई करते देख कर उस के बेटे भी उस के साथ खुदाई करने लगे। कुछ समय बाद उस के सब से बडे बेटे का फावडा किसी कठोर वस्तु से टकराया। कई घट की खुदाई क बाद मालूम पडा कि यह कठोर वस्तु पत्थर थी। बाद में, खुदाई करते समय पता लगा कि यह पत्थर किसी अत्यन्त प्राचीन मन्दिर के थे। उस के बेटो को बडी निराशा हुई कि खजाना नही मिला, इस लिए वे अपने-अपने कामों में लग गये।

पर, इटरलिसी की खुशी का ठिकाना न था। वह दौडा-दौडा मेयर के पास गया, और कहने लगा कि उस ने अपनी वाटिका में एक प्राचीन मन्दिर खोज निकाला ह। जब मेयर को उस की बात पर विश्वास न हुआ तो वह पुलिस अधिकारियों के

पास इस आविष्कार का समाचार ले कर गया। लोगों ने समझा वह स्वप्न के सारे इस आविष्कार को गुप्त रखा कि जाँच का कर मनोवैज्ञानिकों को पेश करा।

कुछ ही दिनों में इस आविष्कार की खबर सारे जगत में फैल गयी। एक पुरातत्ववेत्ता प्रोफेसर हिल्प्रेख्त ने स्वप्नावस्था में आ कर पूरी जाँच कर के बताया कि लिखे हुए प्रस्तरखंड किसी प्राचीन मन्दिर के नहीं, पेगा (या तैराजोना) मानते भगत के हैं। इसलिए उन्हें यह ज्ञान कर कोई दुःख नहीं हुआ उन्हें तो इसी बात की खुशी थी कि उस के सपने के परिणामस्वरूप एक महान् आविष्कार सम्भव हुआ। तब से इस मार्ग की ओर ध्यान गुमाई कर के पुरातत्ववेत्ताओं ने हजारों साल पुरानी संस्कृति का पता लगाया है।

कुछ स्वप्न सृजित चमत्कार

यह तथ्य कि सपनों में वह स्मृतियाँ साकार हो जाती हैं जो जाग्रतावस्था में चेतन मन की पहुँच से बाहर रहती हैं अब सभी मानस शास्त्रियों द्वारा स्वीकार किया जा चुका है। सन् १८७८ में पूरे नामक एक व्यक्ति को स्वप्न में मसुद्दीन नाम बार बार, लगातार याद आया। उसे सिर्फ इतना याद था कि यह नाम रोम के एक नगर का है पर उस का सही अता-पता उस मालूम या याद नहीं था। एक दिन उस ने सपने में देखा कि वह मुसुद्दीन के एक निवासी से बातें कर रहा है। उस के यह पूछने पर कि मुसुद्दीन कहाँ है, मुसुद्दीन-वासी ने जवाब दिया कि यह एक छोटा सा शहर है, और दमिश्क के निकट स्थित है। जागने पर, उस ने भूगोल देखा तो इस जानकारी को सत्य पाया।

जिस सिलाई की मशीन के बिना आज आप का कपड़ा पहनना सोच न सकें, उस का आविष्कार भी एक सपने में ही पूरा हुआ था। इस के आविष्कारक एलियस हाव ने एक सिलाई की मशीन लगभग पूरी कर ली थी। पर उस में एक खामी रह गया था। अभी तक उस ने यह निश्चय नहीं किया था कि उस के कल-पुर्जों के बीच सुई को कहाँ लगाया जाय ताकि सिलाई आसानी से हो सके। उस ने सुई का कई स्थानों पर लगा कर देखा पर कहीं भी वह संतोषजनक ढंग से सिलाई करती दिखाई नहीं दे रही थी।

चिंता के कारण, वह उस रात सो नहीं पाया। रात्रि के अंतिम प्रहर में जब उसे नींद आयी, तो उस ने एक विचित्र सपना देखा। इस सपने में उस ने देखा कि वह किसी जंगली जाति के राजा का बन्दी है, जो उस से कह रहा है — "यह सिलाई की मशीन तुम्हें आज शाम तक तैयार कर के अवश्य दे देनी होगी।" सपने में ही वह दिन भर सोचता रहा कि वह कैसे मशीन पूरी करे? जब सपने की शाम हुई तो एक डरावना आदमी हाथ में भाला लिये उस के पास आया और उस की नोक उस की छाती के पास ला कर ऊपर-नीचे करते हुए बोला—"बोल अभी तक मशीन

तैयार हुई या नहीं ? नहीं होगी, तो अभी इस भाले से तेरी जान लेता हूँ।'

भय के मारे उस की आँख खुल गयी। और आँख खुलते ही, एक विचार उस के दिमाग़ में कौंधा। उस भयंकर सपने ने उस की समस्या हल कर दी थी। उस ने मशीन की सुई का छेद नोक की ओर बनाया, और उसे मशीन में इस तरह लगाया कि वह खड़ी हुई हालत में सपने के भाले के समान, बराबर ऊपर नीचे चलती रहे, ताकि सिलाई में कोई बाधा न आने पाये।

बधविभूषण सूर्यनारायण व्यास कुछ समय पहले संस्कृत के एक कठिन काव्य 'अश्वधारी काव्य' का हिंदी पद्यानुवाद कर रहे थे। १०११ पद्य पूरे हो जाने के बाद सहसा, क्रम रुक गया जो अनेक प्रयत्न करने पर भी आगे न बढ़ पाया। अंतिम पद्य का गुनगुनाते हुए वे सो गये। सपने में उन्हें पद्य का शेष अनुवाद सूझ गया। सपना भंग होते ही उन्होंने सपने में सूझे हुए पद्यानुवाद को लिख डाला। इस के बाद उन्हें इस काव्य को पूरा करने में कोई कठिनाई अनुभव नहीं हुई।

स्वप्न सृजित एक अन्य चमत्कार का वर्णन व्यासजी ने इस प्रकार किया है 'मेरे परिवार में एक नवजात शिशु का अन्न प्राशन होने वाला था। प्रथा के अनुसार यह कार्य पुरानी चाँदी की मुद्रा के माध्यम से आम के पत्ते पर रख कर किया जाता है। एक दिन पूर्व जब सुरक्षित रजत मुद्रा की खोज की गयी तो उस का कहीं पता न चला। मेरी माता ने वह कहीं रखी थी। लेकिन कुछ महीने पूर्व ही माँ इस दुनिया से चली गयी थीं, अब कौन बताये कि वह कहाँ है? खूब देख भाल की गयी, पर निराश होना पड़ा। सभी के मन में यह बात घुटती रही। परन्तु मध्य रात्रि को स्वप्न में आ कर माँ ने कहा—तुम ने उस अलमारी के अमुक कोने में देखा ही नहीं। वहाँ एक छोटी सी पुटलिया के नीचे वह मुद्रा पड़ी है। ठीक उसी पोटली के नीचे वह मुद्रा उसी तरह रखी हुई मिल गयी।

दक्षिणी अफ्रीका की ओरेंज नदी के तट पर स्थित 'एल्यूवियल' नाम की हीरे की खान दुनिया की सब से बड़ी हीरे की खान मानी जाती है। इस प्रदेश के गवर्नर सर हरी विल्सन का कहना है कि करीब सौ साल पहले जब इस खान के बारे में किसी को कुछ पता न था, उस के निकट रहने वाले एक किसान को लगातार यह सपना दिखाई दिया था कि उस भूभाग में कहीं हीरे की खान है। उस की मृत्यु के बाद उस के सपने पर विश्वास कर के उस के मृत्युलेख कार्याधिकारी ने वहाँ खुदाई करायी, और वहाँ सचमुच वह खान निकली। इस से पहले भूगर्भविशेषज्ञों को विश्वास ही न होता था कि वहाँ हीरे निकल सकते।

साधारण व्यक्तियों के स्वप्नसम्बन्धी असाधारण अनुभव

व्यक्ति महान् हो या साधारण सपनों में वह अपने प्रति अधिक ईमानदार रहता है। सपने में वह प्रिय, अप्रिय सभी सत्यों को, जिन के प्रति वह जाग्रतावस्था में

जान-बूझ कर आँखें मूँदे रहता है, साहसपूर्वक सामना कर, उन के अस्तित्व को स्वीकार करता है। इस के उदाहरण हैं, साधारण व्यक्तियों के जीवन में घटी कुछ घटनाएं, जिन से यह धारणा और अधिक दृढ़ हो जाती है कि मनोवैज्ञानिक अर्थों में स्वप्न सचमुच भविष्यवक्ता हो सकते हैं।

एरिक फ्राम नामक मनोवैज्ञानिक ने 'विस्मृत भाषा'[1] नामक अपनी पुस्तक में अमरीका के एक व्यापारी की कहानी सुनायी है, जिस ने व्यापार में एक व्यक्ति को साझेदार बनाया। इस व्यवस्था के कुछ दिन बाद उस ने सपने में देखा कि उस के साझीदार ने उसे धोखा दिया है। उसे इस सपने पर यकीन नहीं हुआ पर एक साल के अन्दर ही उस का सपना एकदम सच्चा निकला और उसे भारी हानि हुई।

फ्राम का कहना है कि यदि वह व्यापारी उस स्वप्न की उपेक्षा न करता तो वह साझेदारी से अलग हो कर हानि से बच सकता था। ठीक उस छोटे से जहाज के मालिक की भाँति जिस ने एक रात सपना देखा कि उस का जहाज एक बड़े जहाज से टकराने जा रहा है। वह चौंक कर उठा और केबिन से बाहर आ कर चारों ओर देखने लगा। घने कोहरे के बावजूद दूर-दूर तक उसे वहीं कोई जहाज नहीं दिखाई दिया। वह, फिर सो गया। पर कुछ देर बाद वही सपना उसे फिर दिखाई दिया। इस बार आँख खुलने पर उस ने मस्तूल पर चढ़ कर चारों ओर देखा। करीब २९ गज की दूरी पर एक बड़े जहाज को सचमुच खड़ा देख कर वह दहल गया और उसे विश्वास हो गया कि जो कुछ उस ने अभी अभी सपने में देखा था वह घटित ही होने जा रहा है। उस ने फौरन भोंपू बजा कर बड़े जहाज को अपनी मौजूदगी की सूचना दी, और उस दुर्घटना को बचा लिया, जो कुछ ही मिनटों में होने जा रही थी।

एक स्वप्नविवेचक ने उपरोक्त दोनों घटनाओं में दर्शायी गयी सपनों की भविष्य बतलाने की विलक्षण शक्ति की व्याख्या इस प्रकार की है : व्यापारी का अवचेतन मन अपने भागीदार की बेईमानी की प्रवृत्ति से परिचित हो चुका था और उस ने यह चेतावनी चेतन मन को दी भी थी। पर जब चेतन मन ने इस चेतावनी की उपेक्षा कर दी, तो उस ने इस चेतावनी को स्वप्नों के रूप में व्यक्त किया। इसी प्रकार सागर में बड़े जहाज के चलने से उत्पन्न स्पन्दन को छोटे जहाज के मालिक के अवचेतन मन ने ग्रहण कर उस की सूचना सपने के रूप में चेतन मन को दे दी।

इस धारणा के आधार पर अन्य सपनों की व्याख्या भी सम्भव है।

सपने किस प्रकार दूर घटी हुई किसी अज्ञात घटना पर प्रकाश डाल सकते हैं, इस के उदाहरण समय समय पर प्रकाशित होते रहते हैं।

पंजाब के एक गाँव के एक धनी-मानी व्यक्ति को सपना दिखाई दिया कि उन के पिता जो उन से कई सौ मील की दूरी पर रहते थे सपने में उन से कह रहे हैं

१ The Forgotten Language Eric Fromm Rinehart

कि म अब तुम से और इस ससार से विदा ले रहा हूँ।' दूसरे दिन, चार बजे उन्हें तार मिला कि उन के पिता की मृत्यु हो गयी ह। 3745

दिल्ली के एक सज्जन को सपना दिखाई दिया कि वे अपने एक मित्र के घर में हैं, जहाँ उन का मित्र उन्हें एक बडे गिलास में हल्दी मिला दूध पिलाते हुए कह रहा ह – "दुघटना की वजह से अभी तुम्हारी तबियत ठीक नही है। दूध पी कर थोडी देर आराम कर लो।' जैसे ही वह दूध पी रहे थे, उन की आँख खुल गयी।

अगले दिन, सचमुच ही वह दुघटनाग्रस्त होते होते बाल बाल बचे। जब वे दुघटना-स्थल से घर लौट कर आराम कर रहे थे, तो उन्हें यह देख कर बडा आश्चय हुआ कि उन का वही मित्र जिसे उन्होने सपने में देखा था हाथ म एक बडा गिलास लिये खडा ह, और उन्हें हल्दी मिला दूध पीने का कह रहा ह।

मण्डला के एक अध्यापक को एक अस्पष्ट सा अशुभ स्वप्न दिखाई दिया। अगले दिन, उन की बेटी को सपने में स्पष्ट दिखाई दिया कि वह, उस की छोटी बहन और एक सहेली नमदा मे डूब गये हैं। उसी दिन काफी सावधानी के बावजूद वे तीनो लडकियाँ ठीक उसी प्रकार नमदा में डूब गयी, जैसा उन में से एक को सपने में दिखाई दिया था।

पजाब के एक सस्थान के निर्देशक को उन के एक मित्र ने लिखा कि वे आगामी रविवार का सस्थान देखने के लिए आ रहे हैं। निर्देशक महोदय ने उन्हें किसी और दिन आने को कहा कारण रविवार को सस्थान बन्द रहता ह। पर मित्र महोदय ने लिखा कि उन्हें अन्य कोई दिन अनुकूल नही पडता। शनिवार की शाम को निर्देशक महोदय ने सपने में देखा कि मित्र महोदय सस्थान में आ पहुचे ह। आश्चय स उन्होने आँखें खोल दी, और यह देख कर उन का आश्चय और अधिक बढ गया कि मित्र महोदय उन के सामने ही खडे थे।

मथुरा में एक महिला की नौकरानी अचानक गायब हो गयी। कही पता न चला कि वह कहाँ चली गयी। एक दिन उन्हें सपने में दिखाई दिया कि एक व्यक्ति नौकरानी को जबरन अपने साथ लिये जा रहा ह। जागने पर उन्होंने उस व्यक्ति को याद करने की कोशिश की तो याद आया कि वह व्यक्ति कई साल पहले उन के यहा नौकर रह चुका था और अपनी मर्जी से नौकरी छोड कर गया था। उस नौकर का पता लगाया गया, और वह नौकरानी सचमुच वहीं निकली।

गोरखपुर में दो बहनो को, जो अलग अलग मुहल्लों में ब्याही थी, एक ही सपना दिखाई दिया कि उन के भाई लखनऊ स आये ह। यद्यपि भाई के आने की कोई आशा न थी फिर भी जैसे इस सपने को सच्चा सिद्ध करने के लिए ही, वे अगले दिन घर पर दिखाई दिये।

लाहौर में एक व्यक्ति ने अपने बडे भाई के एकमात्र पुत्र की इस उद्देश्य से हत्या कर दी कि इस प्रकार वह अपने भाई की सम्पत्ति का उत्तराधिकारी बन जायेगा।

कुछ दिन बाद, उस लड़के की माँ ने सपने में देखा कि उस की हत्या उस के चाचा ने की है, और अब उस का शव रावी के किनारे दबा पड़ा है। पुलिस में रिपोर्ट की गयी, और सचमुच जहाँ लड़के ने सपने में बताया था कि उस का शव दबा पड़ा है, ठीक वहीं उस का शव मिला। चाचा को फौरन गिरफ्तार कर लिया गया।

इसी प्रकार पंजाब की एक अन्य माँ को भी अपनी एक पुत्री की हत्या का सूत्र सपने में ही ज्ञात हुआ था। एक साधु उस की दो लड़कियों को भगा कर ले गया। उन में से एक की हत्या कर के उस का शव उस ने नदी में बहा दिया, और दूसरी को उस ने एक एकांत कोठरी में ले जा कर बन्द किया।

लड़कियों के सम्बन्धियों और पुलिस ने उन की काफी तलाश की पर लड़कियों का कोई पता न चला। कुछ दिन बाद जीवित लड़की ने सपने में अपनी माँ से कहा कि वह एक एकांत कोठरी में पड़ी है। उस कोठरी का पता बताते हुए उस साधु का हुलिया भी बताया जो उस और उस की बहन को भगा कर ले गया था और जिस ने उस की बहन की हत्या कर, उस का शव नदी में बहा दिया था। इस सपने की रिपोर्ट के आधार पर पुलिस ने उस साधु को पकड़ा, कोठरी में बन्द लड़की का उद्धार किया, और नदी से मृत लड़की का शव खोज निकाला।

बिलासपुर की एक चावल मिल में काम करने वाला एक व्यक्ति गूँगेपन से मुक्ति पाने के लिए एक सपने का कृतज्ञ है। यह व्यक्ति पिछले बारह वर्षों से गूँगा था। एक दिन उस ने सपने में देखा कि कोई उस की गर्दन दबोचने की कोशिश कर रहा है। डर के मारे वह सपने में ही चिल्ला उठा और तब से अच्छी तरह बोलता है।

ब्रिटेन के मानसशास्त्री हडफील्ड के एक रोगी को कई बार एक ही सपना दिखाई दिया कि उसे पक्षाघात हो चुका है। इस के कुछ दिन बाद, उसे सचमुच ही पक्षाघात का दौरा पड़ा। बाद में हडफील्ड को ज्ञात हुआ कि उस रोगी को जन्म से ही सूजाक की बीमारी थी और उसी के कारण उसे पक्षाघात हुआ था। उस के स्वप्न की व्याख्या करते हुए हडफील्ड ने लिखा "रोगी का अन्तर्मन इस तथ्य से परिचित था कि नींद में उसे कभी कभी पक्षाघात के हल्के दौर पड़ते हैं, और यही संकेत उस ने स्वप्न के माध्यम से जाग्रत मन को दिया था।"

सपनों के छद्म पर सच्चे प्रतीक

वास्तव में अन्तर्मन के गहरे और अंधेरे कूपों में ऐसी अनेक कामनाएँ आशाएँ और सहज प्रवृत्तियाँ छिपी पड़ी रहती हैं जो दिन में विवेक के डर से अपना सिर नहीं उठा पातीं, पर सपनों में निर्द्वन्द्व हो कर प्रकट होती हैं।

खोयी हुई यादों को अवचेतन के अंधेरे तलों से उजागर करने के लिए स्वप्न से बढ़ कर कोई माध्यम नहीं। ज्ञात और अज्ञात असल में एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। जो कल तक अज्ञात था, अवचेतन की मेहरबानी से आज तक वह ज्ञात है। पर,

आदमी जितना ज्यादा जानता जाता है, उस के अज्ञान का विस्तार भी उसी अनुपात में बढ़ता जाता है। कारण, हमारा अवचेतन अनाद स्मृतियों और बातों का अथाह भण्डार है।

सथालपरगना के एक युवक का अपनी प्रेयसी से अत्यन्त प्रेम था, और वह उसे स्वास्थ्य और सौन्दर्य का अवतार मानता था। सहसा, उस ने कई बार सपनों में देखा कि उस की प्रेयसी की मृत्यु हो गयी है। इस भयंकर स्वप्न ने उसे काफी समय तक ग्रस्त और परेशान रखा। पर, कुछ समय बाद उस की प्रेयसी सचमुच चल बसी, और वह भी घुल घुल कर।

एक मानसशास्त्री उस युवक से पूछताछ कर के इस निष्कर्ष पर पहुँचे कि युवक को अपनी प्रेयसी के बारे में यह पता चल गया था कि कुछ लोग उस के बारे में एक गम्भीर बात छिपाने की कोशिश कर रहे हैं। लेकिन, अन्धे प्रेम के कारण उस ने इस बात को जानने का प्रयत्न नहीं किया। उस का अवचेतन मन इस खतर से परिचित था, और सपने में मौत की घटा बना कर उस ने युवक को इस बारे में सावधान किया।

ऐसी ही एक घटना एक लड़की के साथ घटी थी, जो गुप्त रूप से अपने पिता को ही सब से अधिक प्यार करती थी।

हमारी दमित और अज्ञात मनोवृत्तियाँ सपनों में किस प्रकार मूर्त रूप धारण करती हैं, इस का एक उदाहरण कार्लजुंग ने भी प्रस्तुत किया है। उन के एक मित्र पर्वतारोही थे, और प्राय जुंग की इस धारणा का मजाक उड़ाया करते थे कि सपने भावी घटनाओं का आभास दे सकते हैं। एक दिन, उन्होंने जुंग से कहा कि उन्हें पर्वतारोहण सम्बन्धी एक सपना पिछली रात को दिखाई दिया था। जुंग ने जब वह सपना सुनाने को कहा तो वे बोले मैं ने देखा कि मैं आल्प्स की एक ऊँची चोटी पर पहुँच गया हूँ और वहाँ पहुँच कर मुझे बड़ी प्रसन्नता हो रही है। हर्षातिरेक में मैं ने निश्चय किया कि वहाँ से सहज ही अन्तरिक्ष पार कर स्वर्ग में प्रवेश करना चाहिए। पर, यह निश्चय पूरा नहीं हुआ क्योंकि तभी मेरी आँखें खुल गयी।'

स्वप्न सुन कर जुंग जान गये कि पर्वतारोही मित्र के अन्तर्मन में आत्महत्या करने का विचार गुप्त रूप से जन्म ले रहा है और अन्तर्मन ने इसी गुप्त कामना का संकेत चेतन मन को स्वप्न के जरिये दिया है। उन्होंने मित्र को सलाह दी कि वे कभी पर्वतारोहण के लिए अकेले न जायें। मित्र ने उस की इस सलाह को हँसी में टाल दिया। लेकिन, कुछ ही दिन बीते थे कि जुंग को दुःखद समाचार मिला कि उन के पर्वतारोही मित्र एक चोटी पर से गिर कर मर गये। एक वन रक्षक, जिस ने इस दुर्घटना को अपनी आँखों से देखा था, बताया कि वे जानबूझ कर चोटी से गिरे थे।

सपनों की भविष्यवाणी के विषय में एक अन्य मानसशास्त्री का कहना है—
'जाग्रतावस्था में हमारा मन प्राय अहंकार, विवेक, आकांक्षाओं शिष्टाचार आदि अनेक

व धनो से जकडे रहने के कारण, न तो वस्तुस्थिति का सही अ-ययन ही कर पाता है, और न ही कोई सही निश्चय ही ले पाता ह। पर, नीद और सपना म ये ब-धन नही रहते, और इसीलिए इन दोनों अवस्थाओ में हम वतमान और भविष्य का सही अनुमान लगा सकते ह।"

कभी कभी तो सपनो में सु-यक्त और स्पष्ट सकेत भा दिखाई दन ह, जसा कि एण्ड्रयू लग नामक लेखक द्वारा वर्णित इस प्रसग से जाहिर ह

'एक बरिस्टर महोदय एक रात कुछ पत्र लिखने के लिए उठे। साढे बारह बजे क करीब सब पत्र पूर कर के व उन्ह लेटरबाक्स म डालने गये। घर लौटने पर कपडे बदलते हुए उन्हें याद आया कि बडा राशि का एक चेक, जो उन्हें उसी दिन मिला था कही नही मिल रहा ह। काफी ढूढने पर भी वह चेक उन्हें नही मिला। लेकिन सपने में उन्होंने चेक को अपने घर और लेटरबाक्स के बीच एक स्थान पर पडे पाया। वे फौरन उठे और कपडे पहन कर बाहर आये। सचमुच चेक वही पडा था, जहा उन्हान उस सपने में पडे देखा था।

एक स्वप्नशास्त्री इस स्वप्न की -याख्या इस प्रकार करते ह लेटरबाक्स जाते समय चेक उन की जेब से गिर पडा था पर इस बात का भान सिफ उन के अवचेतन मन को ही था जिस ने इस की सूचना चेतन मन को सपने के जरिये दे दी।'

अवचेतन मन आने वाली असफलता की सूचना भी कभी कभी सपनो के छद्म प्रतीको द्वारा चेतन मन को दे देता ह। १९६५ की भारत सुदरी जो विश्वसुदरी का प्रतियोगिता में गयी थी पर विश्वसु दरी न बन पायी का एक सपना, जा उन्ह प्रतियोगिता से ठीक एक दिन पहले आया था, इस बात की पुष्टि करता दीखता ह।

सपने में उन्होने देखा कि गिर जाने मे उन की टाँग घायल हो गयी ह और प्रतियोगिता के आयोजक उन से कह रहे ह कि वे प्रतियोगिता में शामिल न हो पायेंगी। वे उन से प्रार्थना करती हैं कि उन्हें अवसर अवश्य दिया जाय, और व सारी रात चलने का अभ्यास कर के अपनी टाँग स्वस्थ कर लेंगी। एसा करन पर भी व स्वस्थ नही हो पाती, और डॉक्टर उन्हें प्रतियोगिता में भाग न लेने को कहता ह। पर व निराश नहा होती और पुन चलते रहने का असफल प्रयत्न करती ह। सपने के अतिम भाग में व देखती ह कि दर्शक उन्हें मच पर देख रहे ह पर व गिर रही ह। एक बलिष्ठ हाथ सहसा उन्हें ऊपर उठा लेता है और तुरही के तीव्र स्वर और एक समझ में न आने वाली घोषणा के बीच वे धडाम से गिर पडती ह।

हालीवुड के विख्यात अभिनेता नावारो का एक बार एक विचित्र अनुभव हुआ था। एक बार जब वह किसी कस्बे के एक होटल में ठहरा था, तब एक अजीब मामला उस के सामने आया। होटल के मालिक की मृत्यु कुछ दिन पहले हुई थी और वह अपनी सारी सम्पत्ति अपने दोनों बच्चो को सौंप गया था। मगर जिस वसीयतनाम

र अनुसार सम्पत्ति का विभाजन होने वाला था, वह दुर्भाग्य से कहीं खो गया था। इस बात का लाभ उठा कर बड़ा भाई छोटे भाई को, जो अत्यन्त निरीह और सुशील व्यक्ति था, परेशान कर रहा था। छोटे भाई ने नोवारो से सहायता की याचना की, पर नोवारो की समझ में न आता था कि वह किस प्रकार उस बेचारे की मदद करे। इसी समय, एक सपने ने नोवारो और छोटे भाई की सहायता की।

इस अजीबोग़रीब सपने में नोवारो ने देखा कि कोई होटल के उस के कमरे के आले के दायें कोने को बार-बार किसी चीज़ से ठोक रहा है। वह चकित हो कर उठा, और उस आले को खोजने लगा। शीघ्र ही आले के दायें कोने में उसे वह वसीयतनामा मिल गया, जो खो गया था, और काफ़ी ढूँढ़ने पर भी नहीं मिला था। इस वसीयतनामे के मिल जाने पर सारी समस्या आसानी से हल हो गयी, और सम्पत्ति वसीयतनामे के निर्देशों के अनुसार विभाजित कर दी गयी।

क्या सपने रोगों की भविष्यवाणी कर सकते हैं ?

क्या सपनों द्वारा रोगों की भविष्यवाणी सम्भव है ?

हज़ारों साल पहले, मिस्र में मानसिक तनावों से पीड़ित रोगियों के मन को शान्ति प्रदान करने के लिए, उन्हें वहाँ के स्वप्न मन्दिरों में सुलाया जाता था। इस विधि को निद्रा चिकित्सा (Hypnotherapy) कहा जाता है।

प्राचीन काल के यूनानियों को भी निद्रा चिकित्सा में गहरी आस्था थी।

२३०० वर्ष पूर्व, यूनानी दार्शनिक अरस्तू ने कहा था 'अनेक रोगों का निदान और उपचार सपनों द्वारा ही सम्भव है।' उन्होंने एक स्थान पर 'भाग्यपूर्ण सपनों' के अर्थ भी समझाये हैं।

यूनान के प्राचीन भिषक हिप्पाक्रेटीज़ ने भी सपनों की रोग-निदानिक सम्भावनाओं का उल्लेख किया है। उन के अनुसार, 'स्वस्थ व्यक्ति के सपने उस के पुराने अनुभवों को ज्यों का त्यों दुहरा सकते हैं। पर, जैसे ही सपने इन अनुभवों का दुहराना बन्द कर दें, और विकृत हो जायें, तो समझ लेना चाहिए कि स्वप्नदर्शी रोगी है। उसे कौन-सा रोग है, और किस मात्रा में है, इस का अनुमान चिकित्सक सपनों के सही विश्लेषण से कर सकता है। इस विश्लेषण से चिकित्सक यह भी जान सकता है कि रोगी के जीवन में किन वस्तुओं की कमी है, जिन्हें पूरा कर के उस के सपनों को पुनः सुखद और स्वाभाविक बनाया जा सकता है।'

यूनान के चिकित्सा के देवता हैं—अपोलो-पुत्र ऐसकुलापियस (Aesculapius)। आज से प्रायः ढाई हज़ार साल पहले, इन के मन्दिर यूनान में सर्वत्र फैले थे। इन मन्दिरों में रोगियों के उपचार के लिए सूर्य चिकित्सा, आहार चिकित्सा, जल-चिकित्सा, मनोरंजन, शरीर-मर्दन, उपवास आदि विधियों का सहारा लिया जाता था। मानसिक रोगियों के लिए 'निद्रा चिकित्सा' (Hypnotherapy) की व्यवस्था

थी। ऐसे रोगियों को कई दिन तक उपवास कराने के बाद विशेष कक्ष में सुला दिया जाता था। सोने से पूर्व, चिकित्सक उन्हें मन्दिर के देवता को निवेदन कर के सपने देखने की सलाह देते थे। उन का विश्वास था कि प्रत्येक मानसिक रोगी स्वप्न में रोग के कारण अवश्य देखता है। उन का यह भी विश्वास था कि उन सपनों के बारे में जान कर के रोग का सही निदान और उपचार सम्भव है।

आधुनिक काल में इस दिशा में सर्वाधिक उल्लेखनीय कार्य किया है, रूस के स्वप्नशास्त्री डॉक्टर वासिली ने। २८ वर्ष तक विभिन्न वर्गों के सैकड़ों रोगियों और स्वस्थ व्यक्तियों के चार हजार से अधिक सपनों पर शोध करने के बाद वे इस निष्कर्ष पर पहुँचे हैं कि सपनों के आधार पर कुछ रोगों की सम्भावना के बारे में जानना सम्भव है।

डॉक्टर वासिली के कथनानुसार अन्वेषकों ने यह सिद्ध कर दिया है कि मस्तिष्क में शरीर में घटने वाली सूक्ष्मतम क्रियाओं को जानने की असाधारण क्षमता है। इतना ही नहीं, वह चारों ओर के वातावरण और परिस्थितियों की बारीकियों को समझ कर एक उपाय भी सुझा देता है जिस की सहायता से भावी दुर्घटनाओं और कष्टों से बचा जा सकता है। ये उपाय मस्तिष्क प्राय: सपनों के प्रतीकों के माध्यम से बताता है।

सपनों के प्रतीकों के माध्यम से मस्तिष्क शारीरिक रोगों की पूर्वसूचना भी दे सकते हैं। *अनुभवी डॉक्टरों का कहना है कि सर्दी के बुखार, नजला,* फुंसी फोड़े आदि रोगों के आक्रमण का संकेत सपनों द्वारा एक दो रात पहले मिल जाता है। इस से गम्भीर रोगों—जैसे संग्रहणी, मिरगी आदि का पूर्वाभास सपनों के प्रतीकों के माध्यम से पाँच छह दिन पहले हो जाता है। तपेदिक, कैंसर जैसे दु:साध्य रोगों के आने का पूर्वसंकेत सपने दो-तीन महीने पहले ही दे देते हैं। यह दूसरी बात है कि रोगी इस संकेत को समझ न पाये या उसे भुला दे।

तपेदिक तथा अन्य श्वास रोगों के आने का पूर्व संकेत जिस भाँति के सपनों से मिलता है, उन में रोगी डूबते हुए या पर्वत पर चढ़ते समय अपनी साँस फूली हुई देखता है। दिल के दौरे जिस रोगी को आने वाले होते हैं, उसे काफी पहले से सपने में किसी न किसी परिस्थिति में अपना दिल बैठता दिखाई पड़ने लगता है।

आँतों के भावी रोगी को सपने में कच्चा या सड़ा गला भोजन दिखाई पड़ सकता है। जब फ्लू का प्रकोप होने वाला हो, तो उस का प्रारम्भ ऐसे सपने से हो सकता है, *जिस में रोगी अपने को ठंडे पानी में देर तक भीगता देखे।*

मानसिक रोग स्वप्न चिकित्सा से कैसे ठीक हो जाते हैं इस बारे में स्वप्न विशेषज्ञ मानस रोग चिकित्सकों का कहना है कि प्राय: सभी मानसिक रोगों के मूल में मन के विकार होते हैं। ये विकार सपनों में उभर कर आते हैं। इन सपनों पर अपना ध्यान केन्द्रित कर के (स्वयं या मानस रोग विशेषज्ञ की सहायता से) रोगी

यह जान जाता ह कि उस का रोग स्वय उस के भ्रात विचारो का परिणाम ह। एक बार उसे यह अनुभूति हुई कि वह उन विचारा से मुक्ति पा कर अपने को रोग मुक्त भी कर सकता ह।

रोगसम्बन्धी सपने प्राय खौफनाक हाते हैं, पर उन का सीधा सम्बन्ध शरीर के उस अवयव से हाता ह, जो रोग स पीडित होता ह। पर, इन सपनो के अथ समझने में काफी चतुराई की आवश्यकता हाता ह। यदि स्वय ऐसे अथ न लगा सकें, तो किसी कुशल मनोचिकित्सक या स्वप्नशास्त्री की सहायता लेनी चाहिए।

यदि रोगावस्था में रोगी कोई सपने न दखे, तो क्या समझना चाहिए?

डाक्टर क्सात्विन का कहना ह 'एसी अवस्था में सपने न दिखाई देना इस बात का सकेत ह कि कपाल के अन्दर गम्भीर तनाव ह। ऐसी दशा में रोगी को किसी डाक्टर को दिखाना चाहिए। इसी प्रकार अनिद्रा का सीधा सम्बन्ध स्नायु प्रणाली स ह। यह रोग उचित चिकित्सा से दूर किया जा सकता ह। अन्त में मैं इस बात पर जोर देना चाहता हूँ कि यद्यपि सपने रोगों का निदान खोजने में बडे सहायक हो सकते हैं, पर उन का विश्लेषण अनुभवी मनश्चिकित्सक को ही करना चाहिए।"

काल शेरनल नामक स्वप्न विशेषज्ञ का कहना ह कि प्रत्येक मानसिक या शारीरिक विकार एक विशिष्ट प्रकार के सपने को जन्म देता ह। वे यह भी मानते हैं कि कल्पनाशक्ति की भाँति हमारे सपने तथ्या पर आधारित तो होते हैं, पर उन की सीमाओ में बँधे नही रहते।

इस सम्बन्ध म हेवलॉक एलिस का मत ह कि "प्रत्येक स्वप्न विगत काल की सचित अनुभूतियों और शारीरिक विकारो के योग का परिणाम होता ह। सपने इस तथ्य की पुष्टि भी करते ह कि हमारी प्रज्ञा हमारी भावनाओ के हाथ का खिलौना भर ह।"[1]

अगले खण्ड में हम ने उदाहरणा सहित यही दर्शाने का प्रयास किया ह कि कला का आरम्भ वहाँ होता ह, जहाँ सपना का अन्त होता ह।

---

१ The World of Dreams—Philosophical Library

स्वप्नों के हाथ सर्जक की लेखनी

सपनों और कला में अनेक साम्य है। पर साम्य तो यही है कि दोनों को भावात्मक प्रश्नों के प्रस्तुतीकरण में प्रतीकों पर निर्भर रहना पड़ता है। दूसरा साम्य शिलर के अनुसार है "जहाँ स्वप्न समाप्त होते हैं वहीं कला की शुरुआत होती है।"

वाल्तेयर ठीक ही कह गये हैं 'किसी भी सिद्धान्त का सहारा ले कर सोचना आरम्भ कीजिए अन्त में आप को इस नतीजे पर पहुँचने को मजबूर होना पड़ेगा कि सब नयी कल्पनाएँ, सब नये विचार हमें सपनों से ही प्राप्त होते हैं।"

स्वप्नों और साहित्य का सीधा सम्बन्ध

शायद यही कारण था कि प्राचीन यूनानी नाटककार रंगमंच को स्वप्नलोक का ही विस्तार मानते थे। यूनानी रंगमंच के जन्मदाता कवि अभिनेता और नाटककार एसकीलस (Aeschylus) (५२५ ४५६ ई० पू०) पहले यूरोपीय थे जिन्होंने नाटक में सपनों का प्रयोग किया। होमर के अनुसार (ओडिसी ८, ४८१), 'मन्दिरों में धार्मिक विधियों से पात्र सपनों और तत्कालीन नाटकों और काव्यों में सीधा और गहरा सम्बन्ध था। ओडिसी' में पेनीलोप को सपने में दिखाई देता है कि वह अपनी बहन से बातें कर रही है। इलियड' का जियस देवता का वह सपना भी विख्यात है जो वे अँगमेमनन (Agamemnon) को भेजते हैं ताकि वह धोखे में आ कर ट्राय से जोखिम भरा युद्ध आरम्भ कर दे।[1]

होमर सपनों का प्रयोग अपने कथानकों को सजाने में नहीं उन्हें आगे बढ़ाने के लिए करते थे।[2]

सपनों और नाटक के सीधे सम्बन्ध की गवाही यह तथ्य भी देता है कि यूरोप की एक प्राचीन भाषा में ड्रोम' (नींद) के लिए 'ड्राम' शब्द था जिस से ड्रामा शब्द निकला है प्रयोग होता है।

---

१ The Dreams in Homer and Greek Tragedy—Columbia Univ. Press
२ Ibid

प्रत्येक सृजनशील कलाकार अपने कला माध्यम को सीमाओं के बंधन से मुक्त रहना चाहता है। कारण, वह चाहता है कि उस की कला सदा उस कालातीत, सर्वदेशीगुण पर मूर्त सरल सवव्यापकता को अभिव्यक्त करे, जो युग के अनुसार प्रत्येक चेतन व्यक्ति के अवचेतन मन में विद्यमान रहती है। इस सवव्यापकता (Universality) के प्रतीक कलाकार को उस का अवचेतन मन सपनों के माध्यम से ही प्रदान करता है।[१]

इस सवव्यापकता, जिसे जुग 'सामूहिक अवचेतन मन' (Collective Unconscious) के नाम से पुकारते थे। ये दर्शन हमें रोमाँ रोलाँ के 'यात्रा का अंत' नामक रचना में होते हैं। नायक ज्याँ क्रास्ताफ मृत्युशय्या पर पड़ा सपने में वह कमरा देखता है, जिस में उस का बचपन बीता था। इस के बाद, वह अपने को अपने एक साथी के साथ (जो स्वयं उसी का प्रतिरूप है), एक नदी में यात्रा करते देखता है। क्रीस्ताफ अपने साथी से पूछता है, 'तुम कौन हो ?" उसे उत्तर मिलता है, 'मैं वह दिन हूँ जिस का जन्म शीघ्र होगा।" नदी में यात्रा करते समय क्रास्तोफ़ का साथी उस से कहता है, "द्वार खुल गये हैं नये-नये स्थलों के दर्शन होंगे पर यह अन्त नहीं है हम दोनों वहाँ जा रहे हैं जहाँ हम दोनों फिर एक और हो जायेंगे।"

नीत्शे ने भी अपनी रचनाओं में मनोरथसृष्टि द्वारा 'अहं' की विवेचना की है। ID (मूल प्रवृत्यात्मक सवेग) शब्द उन्हीं का गढ़ा हुआ है।

१८८० में, शायद आधुनिक विश्व साहित्य के इतिहास में पहली बार, एक लेखक फ्लाबेर ने "Temptation of St Anthony' में असामान्य विज्ञान में रुचि ली, और पहली बार, एक साहित्यिक कृति में चेतन मन को सुबोध रूप में प्रस्तुत किया। इस के करीब आठ साल बाद, महान रूसी उपन्यास 'ब्रदर कामाज़ोव' सामने आया। इस में दास्तोवस्की ने जिन्हें साहित्य में असामान्य मनोविज्ञान की पुट देने की दिशा में अग्रणी माना जा सकता है आधुनिक साहित्य का सर्वाधिक साहित्यिक स्वप्न इवान कार्माजोव का, जो 'शैतान से बातें करता है।"

दास्तोवस्की ने अपनी कृतियों में चेतन मन के स्तर पर दृश्यमान विचार प्रवाह को हूबहू प्रस्तुत करने की शैली को (जिसका प्रयोग आधुनिक मानस रोग विशेषज्ञ मानस रोगियों के मनोविश्लेषण के लिए करते हैं) पहली बार अपनाया। पचास वर्ष बाद, 'यूलिसिस' में इसी शैली का अधिक स्वतन्त्र और विस्तृत प्रयोग हुआ।

सपनों की अनुकृतियाँ—ये कथाकृतियाँ

टालस्टाय की प्रसिद्ध कहानी 'तुषारझंझा' उनके एक वास्तविक स्वप्न पर आधारित है। यह स्वप्न उन्होंने शीत काल में की गयी एक यात्रा के दौरान देखा था। स्वप्न में उन्हें जिस असह्य कष्ट की अनुभूति हुई थी, उसी को उन्होंने कहानी के नायक

१ Modern Man in Search of a Soul—Ed Warner Taylor (Harcourt Brace & Co)

ने इन शब्दों में साकार किया है 'मैं सोया हुआ था, फिर भी गाड़ी में लगी घंटियों की आवाज़ साफ़ सुनाई दे रही थी। क्रमशः यह आवाज़, अनायास कुत्तों के भौंकने की आवाज़ में बदल गयी। कुछ देर बाद इस आवाज़ के स्थान पर मुझे एक परिचित स्वर सुनाई देने लगा— ओनिन' का स्वर। और कुछ क्षण बाद यही स्वर मेरी भाषा की उन काव्य पंक्तियों के रूप में परिवर्तित हो गया जो इस स्वप्न से पूर्व, मेरे मन में तैर रही थीं। अंत में, यह स्वर एक ऐसे कष्टदायक दंश के रूप में बदल गया, जिस के कारण मुझे अपने दायें पाँव में असह्य पीड़ा अनुभव होने लगा। आश्चर्य इस बात का था कि जब मैं उठा तब सचमुच यह पीड़ा मुझे अनुभव हो रही थी। पाँव जम भी गया था जब कि सोने से पहले वह एकदम स्वस्थ था।"

प्रायः सभी सृजनशील लेखकों ने यह मत व्यक्त किया है कि उन की रचनाओं में जिन तीव्र यंत्रणाओं पीड़ाओं, सुखोपलब्धि तथा अतृप्त भावों के दर्शन होते हैं उन में से अधिकांश की क्षणिक अनुभूति उन्हें स्वप्न में ही हुई था। कारण स्पष्ट है। जाग्रतावस्था में चेतन मन अन्तर की उन गहराइयों में प्रवेश नहीं कर पाता जिन में हमारा अवचेतन मन स्वप्नावस्था में सहज प्रवेश कर लेता है।

प्रख्यात रूसी कवि लेखक पुश्किन की काव्यकृति 'बख्शी सराय का निर्झर' में एक कलीफ को जिन विचित्र अनुभूतियों तथा तीव्र और दारुण कष्टों के दौर से गुज़रना पड़ता है उन से पुश्किन का साक्षात्कार एक सपने में ही हुआ था। एक अन्य रूसी लेखक वी० कारोलेंको ने 'माकार का स्वप्न' नामक अपनी कहानी में एक निर्धन निरापराध तथा पददलित किसान की यातनाओं तथा आकांक्षाओं का बड़ा ही सजीव वर्णन किया है। यह अद्वितीय कहानी स्वयं लेखक के एक स्वप्न की ही अनुकृति है।

टालस्टाय की असाधारण कृति 'अन्ना कैरेनिना' में एक सपने के माध्यम से अन्ना के आंतरिक संघर्ष का चित्रण किया गया है। अन्ना जो अपने पति के अतिरिक्त व्रान्सकी से भी प्रेम करती है सपने में देखती है कि व्रान्सकी उस का दूसरा पति है और अपने पहले पति के सामने ही उसे प्यार करता है तथा उस का वास्तविक पति इस प्रेम प्रदर्शन से बिलकुल नाराज़ नहीं होता। अन्ना इस 'व्यवस्था' से अत्यंत प्रसन्न है क्योंकि उस ने बड़ी आसानी से उसके जीवन की उग्रतम समस्या का हल कर दिया है।

एक दुःस्वप्न : एक उपन्यास की आधारभूमि

और अब सुनिए एक ऐसे भयानक स्वप्न की कहानी जो एक लोकप्रिय उपन्यास के कथानक का आधार बना। इस उपन्यास के लेखक मॉर्गन राबर्टसन ने इस उपन्यास में जो उस को दिखाई दिये एक भयंकर सपने पर आधारित था, एक विशाल अपूर्व तथा भव्य जहाज़ के डूबने का रोमांचक वर्णन किया है। इस उपन्यास के प्रका

शन के ठीक चौदह वर्ष बाद, ऐसे ही एक जहाज 'टिटनिक' का निर्माण हुआ, और वह अपनी पहली और अन्तिम यात्रा में उसी प्रकार डूबा, जिस प्रकार रावट्सन ने उसे सपने में डूबते देखा था।

इस उपन्यास की रचना से पूर्व, रावटसन एक साधारण तथा अप्रसिद्ध लेखक था। उस की रचनाएँ छोटे पत्रों में ही प्रकाशित होती थी। चूँकि वह महत्त्वाकांक्षी लेखक नही था, इस लिए वह अपने जीवन और अपनी साहित्यिक प्रगति से काफ़ी सन्तुष्ट था। लेकिन १८९८ की एक रात को उसे जो लोमहर्षक और दारुण स्वप्न दिखाई दिया, उस ने इस साधारण लेखक को असाधारण लोकप्रियता के उच्च शिखर पर प्रतिष्ठित कर दिया।

सपने में रावटसन ने ७०,००० टन भार वाले और ८०० फुट लम्बे 'टिटन' नाम के भव्य जहाज का शानदार उद्घाटन और करुण अन्त देखा था। इस सपने का वर्णन स्वयं उसी के शब्दों में इस प्रकार है 'इस विशाल और 'न भूतो न भविष्यति' जहाज के चारों चोगे लाल रंग के थे। मैं ने इतना बड़ा और प्रभावशाली जहाज पहले कभी नही देखा था। बड़ी धूमधाम से उसे समुद्र में छोड़ा गया। उस की पहली यात्रा के अवसर पर विश्व के अनेक गण्यमान्य व्यक्ति उपस्थित थे, या तो दर्शकों के रूप में या यात्रियों के रूप में। पर इस धूमधड़ाक के बावजूद मुझे लग रहा था (सपने में ही) कि इस जहाज के साथ कोई भीषण दुर्घटना शीघ्र ही घटने वाली है। मुझे लग रहा था कि मैं अपनी आशंका जहाज के कप्तान पर व्यक्त कर दूँ पर आप जानते ही हैं कि सपने में इन्सान चाह कर भी कुछ नही कर पाता। सपने में ही मैं ने देखा कि कुछ देर बाद जहाज सागर को चीरता हुआ चला जा रहा है, और सब यात्री नाचने, गाने और आनन्द मनाने में व्यस्त हैं। जैसे-जैसे जहाज आगे बढ़ता जाता था, उस की रफ्तार बढ़ती जाती थी। मैं ने कप्तान से रफ्तार कम करने को कहा, क्योंकि मुझे लग रहा था कि जहाज की तेज़ रफ्तार उस के लिये घातक सिद्ध हो सकती है। पर कप्तान ने मेरी चेतावनी पर कोई ध्यान नहीं दिया। तभी एक विशाल हिमखण्ड ने जहाज को ध्वस्त कर दिया। जहाज डूबने लगा, और उस के यात्री और कर्मचारी रोने चिल्लाने लगे। बहुत कम यात्रियों को बचाया जा सका। अधिकांश यात्रियों ने जहाज के साथ ही जलसमाधि ले ली। जहाज के डूबते ही मेरी आँखें खुल गयी, और फिर मैं सारी रात नहीं सो पाया।"

इस दृश्य को 'फ्यूटिलिटी (निःसारता) नामक उपन्यास रूपान्तरित करने में उसे दो महीने लगे। यह उपन्यास उस ने सपना देखने के एक वर्ष बाद लिखा था, और उस के लिए उसे एक प्रकाशक ने कुल सौ डालर दिये। रोमांचक उपन्यासों के प्रेमियों में यह उपन्यास अत्यन्त लोकप्रिय हुआ। पर, प्रकाशन के एक-दो साल बाद ही पाठक इस उपन्यास को भी भूल गये और इस के लेखक को भी। स्वयं लेखक भी इस अवधि में उसे भूल गया।

१९१२ में जब 'कभी न डूब सकने वाले जहाज" टिटेनिक का प्रचार आरम्भ हुआ तो उसे अपने चौदह साल पुराने सपने और तेरह साल पुराने उपन्यास की याद आ गयी। कितनी अधिक समानता थी उस सपने के जहाज 'टिटेन' और वास्तविक जहाज 'टिटेनिक' में। एक सनसनीकारी विचार उस के मन में कौंध गया, 'क्या 'टिटेनिक' का भी वही अन्त होगा, जो सपने के 'टिटेन' जहाज का हुआ था?" क्या वह 'टिटेनिक' के कप्तान को अपने सपने और उपन्यास की बात बता कर जहाज की प्रारम्भिक यात्रा स्थगित करने को कह दे? पर, कितना अजीब लगेगा कप्तान को उस का यह सुझाव!

राबर्टसन चुप रहा, और 'टिटेनिक' की कुशलता की प्रार्थना करता रहा। अन्त में 'टिटेनिक' का उसी ढंग से दुखद अन्त हुआ जिस ढंग से उस के सपने के जहाज 'टिटेन' का हुआ था। दोनों के अन्त की अधिकांश बातों में आश्चर्यजनक साम्य था! 'टिटेन' के यात्रियों को बचाने के लिए काफी जीवन नौकाएं जहाज पर मौजूद नहीं थीं। इस प्रकार 'टिटेनिक' के अधिकांश यात्रियों को भी जीवन-नौकाओं की कमी के कारण नहीं बचाया जा सका। सपने में राबर्टसन ने अप्रैल की एक तूफानी रात को एटलांटिक महासागर में 'टिटेन' को डूबते देखा था। 'टिटेनिक' का अन्त भी अप्रैल की एक तूफानी रात में एटलांटिक महासागर में हुआ। दोनों जहाजों के निर्माता भी अन्त समय में जहाज पर ही थे। दोनों पर काफी मूल्यवान सामग्री भी लदी थी।

वैज्ञानिक अभी तक यह जानने में असमर्थ हैं कि वह कौन सी रहस्यमयी शक्ति थी जिस ने राबर्टसन को चौदह साल बाद घटने वाली एक महत्त्वपूर्ण घटना का पूर्वाभास करा दिया था?

यह बात बिना किसी संकोच के कही जा सकती है कि यदि सपने न होते तो विश्व के अमर साहित्य का आधुनिक भण्डार आज काफ़ी खाली दिखाई देता। कारण अनेकानेक उच्चकोटि के ग्रन्थों की प्रेरणा के मूल में सपने ही हैं जो उन के रचयिताओं को अनायास दिखाई दिये थे। ऐसे लेखकों की संख्या काफी बड़ी है।

जार्ज बर्नार्ड शा जैसे महान् साहित्यिक और नाटककार को अत्यधिक प्रभावित करने वाले तथा आंग्ल थियेटर में क्रान्ति लाने वाले ब्रिटिश नाटककार विलियम आर्थर की सफलता का श्रेय भी एक स्वप्न को ही है। आर्थर वर्षों से असफल नाटककार थे। सहसा एक रात उन्हें 'द ग्रीन गॉडस' नामक नाटक का कथानक सपने में दिखाई दिया। उन्होंने अगले कुछ दिनों में ही इस नाटक की रचना पूरी कर ली। इस प्रयोगवादी नाटक ने उन्हें धन और सफलता दोनों की प्राप्ति करायी। बाद में उन्होंने जो नाटक लिखे वे सब सफल रहे और उन के कारण आंग्ल थियेटर ने एक नया मार्ग अपनाया।

शेक्सपियर, दान्ते, होमर, मिल्टन, शैली, कीट्स, रिक, पोप, टेनीसन, कन्हैया लाल मुन्शी, गंगाधर गाडगिल, त्यागराज, अरविन्द, सूर्यनारायण व्यास, कालरिज,

विलियम ब्लैक ईट्स, वर्जुविन, हुवलॉक एलिस, होन, वहगवष, गब्रियल रोजेटी, क्रिस्टिना रोजेटी, स्विनबर्न, हर्जलिट, ब्राउनिंग, मैथ्यू एर्नाल्ड, रॉबर्ट लुई स्टीवेंसन, ब्रुनयान, हैंस एण्डरसन, मरदिथ, दाफ्ने द्युमारियर, थामस हार्डी, चारलोट म्यू, रॉबर्ट ग्रेव्स, एडवर्ड थॉमस, एलिस मनेल मार्गरेस थॉमसन, वाल्टर डि ला मेर, चिसेलिन, डोरोथी बेनफील्ड, स्टीफ़ेन स्पण्डर आदि ने स्वप्नों और दिवास्वप्नों की प्रेरणा और सहायता से उत्कृष्ट साहित्यिक कृतियों की रचना की है, अपनी श्रेष्ठतम कृतियों के कथानक प्राप्त किये हैं, और अमर कविताओं की सृष्टि की है। सपनों में वैज्ञानिकों ने महत्वपूर्ण आविष्कार भी किये हैं और गणितज्ञों ने गणित की जटिल समस्याओं को भी हल किया है।

यूरोप के लेखकों में सदियों से ऐसा विश्वास प्रचलित है कि यदि किसी को कोई सपना लगातार तीन बार दिखाई दे, तो वह अवश्य सच्चा होता है। फ्रांसिस थामसन को एक विचित्र सपना लगातार तीन बार दिखाई दिया। उस से मुक्ति पाने के लिए उन्होंने उसे हूबहू लिख डाला। आज 'द हाउण्ड ऑफ हैविन' नाम की इस काव्यकृति के कारण ही उन का नाम विख्यात है। यूरोप के ही एक लेखक थे, जो नैतिक उपदेशों से पूर्ण अपनी रचनाओं के लिए विख्यात हैं। अनुभव था कि उन्हें प्रायः अश्लील सपने ही दिखाई देते हैं। वे आजीवन इस विलक्षण बात से चिंतित रहे। पर, एक मनोविज्ञानवेत्ता ने उन्हें समझाया कि सपनों के माध्यम से वे उस बुराई से छुटकारा पा रहे हैं जो हर आदमी में भलाई के समान ही मौजूद होती है।

पश्चिम में सदियों से यह विश्वास प्रचलित रहा है कि सपनों के दो द्वार हैं—एक हाथी दाँत का, और दूसरा सींगों का। उपयोगी सपने सींगोंवाले द्वार में-से गुजर कर अंतर्मन में प्रवेश करते हैं, और अनुपयोगी सपने हाथी दाँतवाले द्वार में-से। यूरोप के कई लेखकों ने अपनी रचनाओं में इस विश्वास का ज़िक्र किया है।

ईसाई धर्म की उत्पत्ति के अपने इतिहास के लिए प्रसिद्ध प्रोफेसर हिलप्रेट को बेबीलोन की दो पुरानी कहावतों का अर्थ समझने में बड़ी कठिनाई हो रही थी। एक रात उन्होंने सपना देखा कि प्राचीन बेबीलोन का एक पादरी उन्हें उन कहावतों की सही व्याख्या समझा रहा है। ये व्याख्याएँ आज उन के इतिहास में पढ़ने को मिल सकती हैं।

शेक्सपियर ने एक स्थान पर कहा है, ''सपनों में कई वर्षों की उपलब्धियाँ कुछ सेकेण्डों में ही पूरी हो जाती हैं।'' अपने कई नाटकों जैसे 'मिडसमर नाइट्स ड्रीम' आदि के अनेक दृश्य उन्हें सपनों में स्पष्ट रूप से या प्रतीकों में दिखाई देते थे। नैंसी प्राइस नाम की अभिनेत्री ने जिन की 'एनचैण्टेड विद नाइट' नाम की स्वप्न डायरी काफ़ी मशहूर है, दन्त विशेषज्ञ की कुरसी पर बैठे हुए, गैस के प्रभाव से अचेत हो कर, कुछ ही सेकेण्डों में कई नाटक लिख कर प्रदर्शित भी करवा लिये और नये कथानकों की खोज में अनेक देशों की यात्रा भी कर ली थी।

प्रख्यात यूनानी लेखक होमर के विषय में कहा जाता है कि वह "अफीम का सेवन कर के सपनों की दुनिया में पहुँच जाता था, जहाँ उसे अपनी कृतियों के लिए प्रेरणा प्राप्त होती थी।"[1] उसके समकालीन कई यूनानी संगीतज्ञों के विषय में प्रसिद्धि है कि 'वे संगीत के माध्यम से सुखदायक स्वप्नलोक में पहुँच कर नवीनतम धुनों की प्रेरणा पाते थे।[2]

प्रसिद्ध उपन्यासकार ड्रायडन स्वप्नलोक में पहुँचने के लिए कच्चा मांस खाया करते थे। उन्होंने यह स्वीकार किया है कि उन्हें अपनी कई कहानियों व कथानकों की मूल प्रेरणा सपनों में ही मिली थी।[3]

होमर की भाँति कॉलरिज भी अफीम का सेवन करते थे। उन्होंने अपनी श्रेष्ठ काव्य रचना 'कुबला खान' की प्रेरणा उस समय प्राप्त की थी, जब अफीम का सेवन कर उन्होंने स्वप्नलोक में प्रवेश किया।[4] एडगर एलेन पो की कुछ विचित्र और असामान्य कहानियों के पीछे भी अफीम प्रसूत स्वप्न ही थे।

काउपर नामक एक अन्य लेखक का अन्त समय दारुण विपत्ति में बीता। इस अवस्था में, जिस का मर्मस्पर्शी चित्रण उन्होंने अपनी कृतियों में भी किया है, पूर्वाभास उन्हें काफ़ी पहले एक स्वप्न में हो चुका था। २ फ़रवरी १७९३ को उन्होंने अपनी डायरी में लिखा "आज सुबह चार बजे से ले कर सात बजे तक, सपने में दीख रहे ऐसे ... के विषय में सोचता रहा, जिन की अभिव्यक्ति लेखनी-द्वारा होनी असम्भव है।"

लुई कैरल की 'एलिस इन द वंडर लैण्ड' एक छोटी लड़की की उल्टी दुनिया का एक सपना ही है। विश्वविख्यात आरयोप पास में सपनों का प्रयोग प्रचुरता से किया गया है। वेल्स की एक कृति 'द स्लीपर अवेक्स' में बग़दाद के एक युवक की जो कहानी सुनायी गयी है, उसे पढ़ने के बाद स्वप्नावस्था और जाग्रतावस्था में कोई अन्तर करना कठिन हो जाता है।

गेटे के कथनानुसार उन्होंने अपनी कृति 'वर्दर (Werther)' का सृजन अर्द्धचेतनावस्था में किया था। उन्होंने यह भी स्वीकार किया था कि उन की अधिकांश कविताओं की प्रेरणा उन्हें सपनों में ही मिली थी।

'द एम्बेसडर्स' की भूमिका में हेनरी जेम्स ने लिखा है 'यह उपन्यास लिखते समय मुझे कोई प्रयत्न नहीं करना पड़ा। आसानी से सीढ़ी-दर-सीढ़ी चढ़ता चला गया। लगा, जैसे किसी ने पूरी तैयारी पहले से ही कर रखी थी।"

मिसेज़ डेलावे की भूमिका में वर्जीनिया वूल्फ ने भी यही बात कही है 'जब उपन्यास का पूर्व योजना निर्धारित की, तभी लगा था कि यह योजना

१ The Dream in Homer & Greek Tragedy—by W Stuart Messer (Columbia Univ Press)
२ Musical Mind—by Harold Shapiro (League of Composers Inc)
३ The Works of John Dryden
४ The Road to Xanadu—by John Lowes (Constable & Co)

मेरी मूल कल्पना से मेल नही खाती। पर, काफी दिन बाद, जब योजना को भूल कर लिखना आरम्भ किया, तो लेखन कल्पनानुसार आगे बढता गया।

बाल कथाओ के विश्वविख्यात लेखक हान्स एंडरसन की डायरी से पता चलता है कि वे भी महान स्वप्नदर्शी थे और अपनी कहानियों में उन्होंने जिन भूत चुडैलो का वर्णन किया है, वे उन्हें सचमुच सपनो में दिखाई दी थी। वे लिखते है 'कभी कभी तो मुझे बिलकुल पता नही चलता कि मैं स्वप्न जगत मे जो रहा हूँ या वास्तविक जगत में।" अँगरेजो की एक महान् पुस्तक है—'द पिल्ग्रिम्स प्रॉग्रेस'। इस के लेखक बनयान का कहना है कि "यह कृति मेरे एक स्वप्न की हो प्रतिच्छाया है।"

यूरोप के प्रसिद्ध पशु विशेषज्ञ ग्लॉलवाफ को एक रात सपने में दिखाई दिया कि उन के आँगन में खूब बर्फ पडी है और उस में दो छोटे पक्षी करीब करीब दबे हुए पडे है। पशुप्रेमी होने के कारण उन्होने उन दोनो को बर्फ से बाहर निकाल लिया और एक गरम और सुरक्षित स्थान में रख दिया। उन्हें एक प्रकार का घास भी खाने को दी। सपने में उन्होंने यह भी देखा कि घास का नाम Asplenium Ruta Muralis है। कुछ देर बाद सपने में ही, उन्हें दो अन्य वैसे ही पक्षी दिखाई दिये। वे दोनो बाकी बची घास खाने में व्यस्त थे। इस के बाद तो जैसे कमाल ही हो गया। देखते-ही-देखते, सारी जगह इन पक्षियो से भर गयी। और ये सब पक्षी उधर ही जा रहे थे जिधर घास रखी था। विचित्र सपना था

आँखें खुलने पर उन्होने सपने में देखी उस घास का नाम याद करने की कोशिश की। वह नाम तुरन्त याद आ भी गया। पर यह नाम उन के लिए एकदम नया था। यह जानने के लिए कि इस नाम की कोई घास होती भी है या नही, उन्होने विशेषज्ञो से पूछताछ की। मालूम पडा कि Asplenium शब्द से शुरू होने वाली एक घास होती है जिस का पूरा और शुद्ध नाम है Asplenium Ruta Muraria। यह नाम सपने में दीखे नाम से कुछ ही भिन्न था।

इस विचित्र स्वप्न का रहस्य यही समाप्त नही हुआ। १६ साल बाद उन्हें स्विटज़रलैण्ड जाने का मौका मिला। वहाँ उन्होने विभिन्न घासो और फूलो की एक एलबम देखी जो स्विटजरलैण्ड में पर्यटकों के लिए खास तौर पर तैयार की जाती है। इस एलबम को देखते ही उन के स्मृति भण्डार में से कुछ भूली हुई यादें निकल कर बाहर आने लगी। इस एलबम में वह घास भी सग्रहीत थी जिसे उन्होने सपने में देखा था। और सब से अजीब बात तो यह थी कि उस घास के नमूने के नीचे खुद उन के हस्ताक्षर मौजूद थे।

इस रहस्य का उदघाटन कुछ समय बाद तब हुआ, जब, सहसा, कुछ और पुरानी यादें ताजा हो उठी। उन्हें याद आया कि इस स्वप्न की तिथि से दो वर्ष पूर्व, उन के घर में एक नव दम्पति मेहमान बन कर आये थे। इस जोडी के पास ही वह एल्बम था, जो उन्होंने स्विटजरलैण्ड में देखा था। एल्बम में हर घास और फूल के

नाम उ होने मेहमानो के आग्रह पर लिखे थे ।

और कुछ महीनो बाद अपनी लाइब्रेरी में पडा हुआ एक सचित्र मासिक पत्र देख कर खो गया था, और उस सपने में अचानक बडे अजीब ढग से सजीव हो उठा था।

इस घटना पर टिप्पणी करते हुए एक स्वप्न विशेषज्ञ ने लिखा है कि "सपनो में दिखाई पडने वाली हर वस्तु को हम कभी न-कभी या तो देख चुके होते है, या उस के बारे में पढ़ और सुन चुके होते है। हमारा चेतन मन भले ही कुछ वस्तुओ, दृश्यो अनुभवो या घटनाओ आदि को भूल जाये पर अवचेतन के स्मृति भण्डार में वे सदा सुरक्षित रहती है और कभी मौका पा कर या सयोगवश सपना में साकार हो जाती है। सपनों में भी कभी कभी तो अपने असली रूप म आती है, और कभी कभी अपने छदमवेश में।"

सपना के सहारे—बोध के उच्चतम स्तर पर

क्या स्वप्न किसी गणितज्ञ को गणित की किसी जटिल समस्या को हल करने में सहायक हो सकते है। कम से कम दो महान् गणितज्ञ इस प्रश्न का उत्तर हा में देने को तयार है। पहले ने अप्रत्यक्ष रूप से हा कहा है और दूसरे ने प्रत्यक्ष रूप से।

आइन्सटाइन एक महान वैज्ञानिक तो थे ही एक महान गणितज्ञ भी थे। "आप की सृजनात्मक प्रक्रिया का रहस्य क्या है?" इस प्रश्न के उत्तर म आइ स टाइन ने एक बार कहा था हम सदव कुछ न कुछ देखते रहते है पर उसे ठीक ठीक देख और समझ नही पाते। सत्य एक मौलिक धारणा मात्र है पर उसे गणित या अन्य किसी विधि से प्रमाणित नही किया जा सकता। बुद्धि तो वही तक हमारा साथ देती है जहाँ तक वह जानती और सिद्ध कर सकती है। पर एक स्थिति—सुप्तावस्था और स्वप्नावस्था म—ऐसी आती है जहाँ बुद्धि एक छलाग सी लगा कर बोध के उच्चतर स्तर पर पहुँच जाती है। इस स्थिति को सहजोपलब्धि या अन्तर्ज्ञान कुछ भी कह सकते है पर उसे प्रमाणित करना सम्भव नही। ससार के अधिकाश आविष्कार ऐसी ही स्थिति म सम्भव हो सके है। हर एक के जीवन में ऐसी स्थिति अवश्य आती है जहाँ वह केवल ऐसे अन्तर्ज्ञान के पखो पर सवार हो कर ही वह अनुभूति कर सकता है जो मात्र ज्ञान द्वारा सम्भव नही और जिस का कोई हल विज्ञान फिलहाल प्रस्तुत नही कर सकता।[1]

एक वैज्ञानिक के नाते आइन्सटाइन हिन्दुओ के इस सिद्धात में भी विश्वास करते थे कि जगत माया है एक स्वप्न है और मानते थे कि इसे गणित और विज्ञान से सिद्ध किया जा सकता है। अपने अन्तिम दिनो में वे इसे सिद्ध करने का प्रयत्न कर भी रहे थे। अपने देहावसान से कुछ दिन पहले एक पत्रकार ने भेंट के अत में एक वृश

---

1 The Psychology of Invention in the Mathematical Field—by Jacques Hadmard Princeton University)

को दिखा कर उन से पूछा, "क्या कोई पूरी सच्चाई से कह सकता है कि यह वृक्ष हा है ?" आइन्सटाइन ने उत्तर दिया "यह एक स्वप्न भी हो सकता है। सम्भव है कि तुम कुछ भी न देख रहे हो।"

हनरी पाइनकेयर नामक विश्वविख्यात गणितज्ञ अपनी विख्यात 'फुकसियन थ्रित' के लिए स्वप्न के ही कृतज्ञ हैं। इस के आविष्कार की कहानी उन्हीं के शब्दों में सुनिए "मैं लगातार पन्द्रह दिनों से यह सिद्ध करने का प्रयत्न कर रहा था कि जिस थ्रित (फल) की कल्पना मैं ने की थी वह निरुपम है। पर मुझे सफलता नहीं मिल रही थी। एक शाम तेज काफ़ी पीने के बाद मेरे दिमाग में विचार काफ़ी तीव्रता से आने जाने लगे पर एक स्थिर हल मुझे उस रात स्वप्न में सूझा जिसे मैं ने सुबह उठते ही लिख लिया।

मैं ने पाया है गणित की जटिल समस्याओं का हल मनोयोग या चिन्तन से नहीं मिलता। प्रायः नींद के बाद ऐसी जटिल समस्या का हल ताज़ा और स्पष्ट दिमाग अनायास कर देता है। नींद में सक्रिय रहने वाला अवचेतन मन इस सफ़ाई से हल प्रस्तुत करता है कि बस देखते रहिए। लेकिन, मेरा अनुभव यह है कि अवचेतन से ऐसे हल की आशा करनी हो तो चेतन मन को भी उस से पूर्व सक्रिय करना आवश्यक है।"[1]

चिकित्सा विज्ञान और शरीर विज्ञान में नोबेल पुरस्कार जीतने वाले डॉक्टर आट्टो लोइवी को एक रात स्नायविक आवेगों के संवरण से सम्बन्धित एक सिद्धान्त सपने में दिखाई दिया। जैसे ही यह सपना भंग हुआ, वे जाग गये और उन्होंने पास की मेज़ पर रखे एक कागज़ पर उस सिद्धान्त को लिख डाला। पर सुबह उठ कर जब उन्होंने उस कागज़ को उठाया तो अपना लिखा खुद ही न पढ़ पाये। अगली रात उन्हें वही सिद्धान्त फिर सपने में दिखाई दिया। इस बार वे उठते ही अपनी प्रयोगशाला में चल गये। वहाँ उन्होंने सपने में देखे सिद्धान्त के अनुसार एक मेंढक पर प्रयोग किया। आगे चल कर यही प्रयोग उन के विश्वविख्यात रासायनिक सिद्धान्त का आधार बना।

बेनज़ीन के परमाणुओं से सम्बन्धित एक जटिल रासायनिक समस्या का हल केकुल नामक वैज्ञानिक को यह सपना देख कर ही सूझा था कि एक साँप अपनी दुम को निगल रहा है। सपना देख कर जब उन्होंने परमाणुओं का एक अँगूठी की तरह व्यवस्थित किया तो हल आसानी से निकल आया।

विज्ञान के लिए नोबेल पुरस्कार प्राप्त करने वाले डॉ० लायनस पाउलिंग का कहना है, मेरा अवचेतन मन सदा से मुझे नये-नये विचारों की प्रेरणा करता रहा है।'

---

१ Mathematical Creation—by Henri Poincare (Ernest Flammarion)

डन नामक एक विश्वविख्यात गणितज्ञ ने 'समय के साथ एक प्रयोग' नामक अपनी कला—पुस्तक में अपने अनुभवो के आधार पर स्वीकार किया है कि सपनो में भावी घटनाओ के संकेत अत्यंत स्वाभाविक रूप से प्राप्त हो सकते है, और इस चमत्कारिक तथ्य की पुष्टि में अनेक वैज्ञानिक तर्क प्रस्तुत किये जा सकते है। ऐसे सपने व्यक्ति की सुख-समृद्धि में भी सहायक हो सकते है, जैसा कि निम्न उदाहरण से स्पष्ट होगा।

वालिस बज नामक एक प्रकाण्ड पण्डित को विश्व की अनेक प्राचीनतम भाषाओं, जैसे प्राचीन मिस्री, एक्केडियन, एसीरियन आदि का प्रमुख विशेषज्ञ माना जाता है। पर इस क्षेत्र में उन्होंने जो भी उपलब्धियां की, उन का श्रेय वे एक सपने को देते हैं।

प्राचीन भाषाओ में निर्धन परिवार में जन्मे बज का शौक देख कर, ब्रिटेन के प्रधान मंत्री ग्लेडस्टोन ने उन्हें कम्ब्रिज विश्वविद्यालय में भर्ती कराया। वहां उन्होंने एसीरियन भाषा तो आसानी से सीख ली पर उस के प्राचीनतर रूप एक्केडियन भाषा को सीखने में उन्हें कठिनाई हुई। यह भाषा इतनी कठिन है कि आज भी दुनिया के इने गिने लोग ही उसे जानते है।

जिन दिनों बज इस भाषा को सीखने का प्रयत्न कर रहे थे, उन्ही दिनो उन के विश्वविद्यालय के एक प्राध्यापक ने उन्हें बुलाया और कहा 'विश्वविद्यालय प्राचीन और दुर्बोध भाषाओं से सम्बन्धित एक विशेष प्रतियोगिता का आयोजन करने जा रहा है। यदि तुम इस प्रतियोगिता में विजयी रहे तो तुम्हें छात्रवृत्ति तो मिलेगी ही इन भाषाओं को सीखने का तुम्हारा मार्ग भी खुल जायेगा।' बज को यह सूचना पा कर जहां खुशी हुई, वहां घबराहट भी हुई। उसे मालूम था कि प्रतियोगिता काफी कठिन होगी, तथा अब तक उस की जितनी तैयारियाँ थी उन के आधार पर प्रतियोगिता में उस का विजयी होना कठिन था। उस ने डट कर मेहनत करनी आरम्भ की पर प्रतियोगिता के एक दिन पहले तक वह अपनी प्रगति से सन्तुष्ट न था। जिस दिन प्रतियोगिता होने वाली थी उस से पहली रात को जब वह सोने गया, तो बहुत परेशान था। उसे डर था कि वह प्रतियोगिता में विजयी नही हो पायेगा।

उसी रात उस ने एक ऐसा असामान्य सपना देखा जिस ने उस की चिंता को दूर कर दिया। उस ने सपने में देखा कि वह एक गेंदनुमा कमरे में बैठा है। कुछ देर बाद एक व्यक्ति ने कमरे में प्रवेश कर उसे एक लिफ़ाफ़ा दिया। लिफ़ाफ़ा खोलने पर उस ने पाया कि उस में हरे रंग के कुछ कागज है। व्यक्ति ने उन कागज़ो में से एक बज को देते हुए कहा कि 'प्रतियोगिता में जो प्रश्न आने वाले हैं वे इस कागज पर लिखे है। एसीरियन और एक्केडियन भाषाओ के इन्ही अंशों का अनुवाद तुम्हें अंगरेजी में करना होगा। आशा है अब तुम्हें प्रतियोगिता में कोई कठिनाई नहीं होगी। इतना

कह कर वह व्यक्ति चला गया। जाने से पूर्व, वह कमरे का ताला लगा गया।

बज को यह देख कर बडा सुखद आश्चर्य हुआ कि जो अश कागज पर लिखे थे, उन के अंगरेजी अर्थ उसे भली भांति आते थे। उस की घबराहट कुछ कम हुई, तथा वह फिर सो गया। पर, वह पुराना सपना उस ने फिर दो बार और उस रात देखा।

सुबह उठने पर उस ने उन अशो के अनुवाद किये और धडकते हुए दिल के साथ प्रतियोगिता में भाग लेने गया। उस की परेशानी अभी भी कायम थी। उस के मन में डर था कि यदि प्रतियोगिता में सपने वाले अश नहीं आये, तो वह क्या करेगा?

पर, उस की यह आशका निर्मूल सिद्ध हुई। प्रतियोगिता में वे ही अश आये, जो वह सपने में देख चुका था। चूंकि उन के अनुवाद का अभ्यास उस ने सुबह ही किया था, इस लिए सब प्रश्नो के उत्तर देने में उसे कोई कठिनाई अनुभव नहीं हुई।

इस तथ्य ने कि प्रतियोगिता में वे ही प्रश्न आये, जो उसे सपने में दिखाई दिये थे तो उसे चकित किया ही, इस तथ्य ने और भी अधिक चमत्कृत किया कि प्रश्न पत्रो का लिफ़ाफ़ा और उसे खोलने वाले व्यक्ति की शक्ल सपने में दिखाई दिये लिफ़ाफ़े और व्यक्ति से बहुत मिलती थी। प्रश्न पत्र भी सपने के अनुसार हरे रग के ही थे। इतना ही नहीं, इस प्रतियोगिता का आयोजन जिस कमरे में किया गया था, वह गेंदनुमा था, और सपने में दिखाई दिये कमरे के समान ही था।

अन्त में इस प्रतियोगिता में विजयी हो कर प्राचीन भाषाओं के क्षेत्र में बज ने अद्भुत प्रगति की। उस के उत्खनन कार्य को भी अत्यन्त महत्त्वपूर्ण माना जाता है। पर, स्वय बज के अनुसार उसे इस प्रगतिपथ पर अग्रसर कराने का श्रेय उस निराले सपने को ही है, जो उस ने प्रतियोगिता से पूर्व देखा था।

कई हफ़्तों से विख्यात वैज्ञानिक लुई एगासिज मछली के जीवाश्म की अनुकृति को पत्थर पर ढालने के असफल प्रयास कर रहे थे। जो अनुकृतियां अब तक ढल पायी थी, वे एकदम अस्पष्ट थी। अन्त में हताश हो कर उन्होंने इस प्रयोग को स्थगित करने का निश्चय कर लिया।

पर तभी एक रात को एक सपने में उन्होंने सम्पूर्ण और स्पष्ट अनुकृति के दर्शन किये। अगले दिन उस सपने को याद कर के, उन्होंने अनुकृति को ढालने की फिर कोशिश की। लेकिन अभी भी जो परिणाम उन के सामने आया, वह एकदम धुंधला और बेकार था।

उस रात को सपने में उन्होंने पुन सम्पूर्ण और पूर्णतया स्पष्ट अनुकृति को देखा। इस सपने को आधार मान कर उन्होंने एक बार फिर अनुकृति को उतारने का प्रयत्न किया, पर इस बार उन्हें सफलता नहीं मिली।

तीसरी रात को तीसरी बार उन्होंने सपने में जीवाश्म की निर्दोष अनुकृति को

देखा। इस बार वे पहले से ही सावधान थे। उन्होंने पलंग के सिरहाने कागज कलम रखा हुआ था, ताकि जीवाश्म का सपना शुरू होते ही वे उस की नकल कागज पर कर लें। ऐसा ही हुआ। जैसे ही जीवाश्म का सपना आरम्भ हुआ उन्होंने उस की अनुकृति कागज पर उतारना आरम्भ कर दी। जागने पर जब उन्होंने सपने में उतारी हुई अपनी अनुकृति को देखा तो स्वयं ही चकित रह गये। अगले दिन कागज पर उतारी अनुकृति के आधार पर जब उन्होंने पत्थर पर अनुकृति ढाली तो उन्हें पूरी सफलता मिली। तराशे हुए इस पत्थर को देख कर लगता था कि यही मछली का जीवाश्म है।

फ्रांस के विख्यात गणितज्ञ हनरी पोंर ने कुछ वर्ष पूर्व अपने ७७ सहयोगियों से पूछा 'आप को गणित की कठिन समस्याओं को हल करने की प्रेरणा कहाँ से प्राप्त होती है?' ६९ ने उत्तर दिया, 'सपनों में।' सिर्फ ८ ने कहा कि सपनों में समस्याओं के हल पाना सम्भव नहीं है।

दार्शनिक और गणितज्ञ बनने से पूर्व डेसकार्टिस सेना में थे। जब असह्य शीत के कारण युद्ध स्थगन हो गया तो उन्होंने न्यूबर्ग में एक शान्त कमरा किराये पर लिया। यहाँ, छुट्टी लेकर, उन्होंने राजनीति और धर्म के विषय में मनन चिन्तन आरम्भ कर दिया। पर इस चिन्तन में कोई तारतम्य न था। अनेक विचार गड्डमड्ड हो रहे थे।

१० नवम्बर, १६१९ को उन्होंने एक सपना देखा जिस में उन्होंने अपने विचारों को सुव्यवस्थित पाया। इसी स्वप्न से प्रकाश पा कर उन्होंने गणित और दर्शन का जो अद्भुत समन्वय किया, उस ने कालान्तर में पश्चिम के चिन्तन की समूची धारा को मोड़ कर उसे एक नयी दिशा प्रदान की।

सुप्रसिद्ध वैज्ञानिक जेम्स वाट नाटगन के लिए सीसे की गोलियाँ बनाने का आसान तरीका खोज रहे थे। उन दिनों सीसे की गोलियाँ बनाने के लिए उस की पट्टियाँ बना कर उसे काट काट कर गोलियों का रूप दिया जाता था। सपने में गोलियाँ बनाने की एक आसान विधि के दर्शन कर उन्होंने इस क्षेत्र में एक क्रान्ति उत्पन्न की।

अवचेतन चाहे गणित और विज्ञान की जटिल समस्याओं के हल प्रस्तुत करे, या साहित्यिक कृतियों की रूपरेखा उस की कृति कभी धुँधली या अस्पष्ट नहीं रहती। अनगिनत काव्य कृतियाँ, कहानियाँ, नाटक और उपन्यास, जिन का जन्म सपनों की कोख से हुआ था इस के जीते जागते प्रमाण हैं। कार्ल गुस्ताव जुंग ने इस सम्बन्ध में ठीक ही कहा है 'प्रत्येक श्रेष्ठ कलाकृति स्वप्न के समान ही होती है—अश्लिष्ट प्रत्यक्ष और सुगम। स्वप्न कभी नहीं कहता 'ऐसा करो' या 'यही सच है'। वह स्वयं अपनी व्याख्या नहीं करता। उस के सम्बन्ध में जो भी परिणाम निर्धारित करने होते हैं हमें स्वयं ही करने पड़ते हैं। इसी लिए हर कलाकृति की व्याख्या हर कोई

अपने अपने ढग से करता ह। पर, मैं समझता हू कि कलाकार के निजी स्वप्नों में से जन्मी कलाकृति का सच्चा अर्थ जानने के लिए हम उसे उसी निगाह से देखना होगा, जिस निगाह से उसे कलाकार ने देखा था और इस लिए उस वे स्वप्न को अपना बनाकर उसे उसी ढग से अपने ऊपर छा लेने दना होगा, जिस ढग से वह कलाकार पर छा गया था। एक असहाय व्यक्ति की भांति उसी ढग से उसे रूपयुक्त होने दना होगा, जिस ढग से असहाय कलाकार ने उसे अपने सामने स्वप्न में साकार होते देखा था, और इस स्थिति में वह स्वय इस प्रक्रिया का एक माध्यम भर बन कर रह गया था। यही प्रक्रिया प्रत्येक कलाकार के भाग्य का, उसी की सृजनात्मक शक्ति का निर्णय करती ह। गेटे ने Faust का निर्माण नही किया था Faust ने कवि गेटे का निर्माण किया था। और यही कारण ह कि स्वप्न की नाइ व्यक्ति निरपेक्ष होते हुए भी प्रत्येक महान कलाकृति हर दर्शक को गहरे ढग से छूती और प्रभावित करती ह। इसी लिए कलाकार के वैयक्तिक जीवन की विशेषताएँ, सहायक या बाधक होते हुए भी, उस की सृजनात्मक प्रक्रिया के लिए अपरिहार्य नही हैं। कलाकार क वयक्तिक जावन के अध्ययन से कलाकार का नही समझा जा सकता।

कला एक प्रकार की अन्तर्जात सहज प्रवृत्ति ह जो कलाकार को ठल कर अपना माध्यम बना लेती ह। कलाकार अभिलषित ध्येय की पूर्ति म व्यस्त स्वतन्त्र व्यक्ति नही होता, ऐसा असहाय व्यक्ति होता ह जा कला के ध्येय की पूर्ति अपने माध्यम से होने देना ह। यह एक सच्चाई ह कि जब चेतना को ग्रहण लग जाता ह, जैसे स्वप्नावस्था में नशे या पागलपन की हालत म तो प्राय कुछ वह उभर कर ऊपर आ जाता ह, जिस में मानसिक विकास के आदिकालीन स्तरो क सब लक्षण प्रकट हो जाते ह। ऐतिहासिक, पौराणिक और धार्मिक विषयो पर आधारित कलाकृतियों के निर्माण के मूल में वे बिम्ब ही ह जो इन अवस्थाओं में उभर कर ऊपर आय थे। इस प्रक्रिया का सुनिश्चित और अविशय रूप सपने में आसानी से देखा जा सकता ह।'[1]

अपन इस कथन के प्रमाणस्वरूप जुग ने नीत्शे दाते वैगनर को कृतियो के अतिरिक्त राइडर हगर्ड के विख्यात उपन्यास 'SHE' का उल्लेख किया ह जिस का जन्म और विकास स्वप्नों में हुआ था।[2]

इस सन्दर्भ में विलियम ब्लेक कालरिज, ईटम ययूबिन आदि की कृतियो का उल्लेख भी किया जा सकता ह। जॉन पाल विनप नामक कवि ने तो कई बार कहा था कि वे अपनी कविताएँ सुबह उठते ही लिखते ह, जब उन की स्वप्न स्मृति ताजी रहती ह। गेट ने अपनी मृत्यु से पहले कहा था—'अधिक प्रकाश आने दो।' उन की कृतिया की कोख वह अँधेरी दुनिया ही थी, जहाँ सपने जन्म ले कर मरते रहते ह, और जिन्हें अभिव्यक्त करने का सघर्षमय प्रयत्न ही उन की काव्य कृतियों के रूप में

१ Modern Man in Search of a Soul Ed Warner Taylor (Harcourt Brace & Co)
२ Ibid

अमर है। जैसा कि हम पीछे कह आये हैं, 'कुब्ला खान' नामक कविता की कल्पना कवि कॉलरिज ने स्वप्न में ही की थी। जागने पर, उन्होंने उस के पहले ५४ पद लिख डाले। वे और पद भी लिखते, पर व्याघात हो जाने के कारण ऐसा न कर पाये। और बाद में उन्हें शेष पद याद नहीं रहे। स्वप्न विज्ञान सम्बन्धी प्रायः सभी प्रामाणिक ग्रन्थों में इन विख्यात रचनाओं के स्वप्नों में जन्म और विकास का सविस्तार वर्णन पढ़ने को मिल सकता है। इस लिए, इन बहु-परिचित उदाहरणों को छोड़ कर, आगे कुछ ऐसे उदाहरण ही प्रस्तुत हैं, जो अपेक्षाकृत अपरिचित और अनात हैं।

आँग्ल-कवि स्टीफेन स्पेंडर अपने काव्य सृजन की प्रक्रिया को समझाते हुए कहते हैं 'कविता के दो अपरिवर्तनीय गुण हैं—प्रेरणा और छन्द। प्रेरणा को मैं एक ऐसा अनुभव कहना चाहूँगा, जिस में कवि को कोई पंक्ति या विचार प्राप्त हो। अमर कविता का सृजन प्रेरणा के क्षणों में ही हो सकता है। छन्द की व्याख्या जरा कठिन है। यह वह संगीत है जो अजन्मा कविता का एक अंग बनेगा। अर्द्धचेतनावस्था में जब मैं न जागा होता हूँ न सोया हुआ कभी कभी मुझे शब्द अपने मस्तिष्क में से गुजरते लगते हैं, ऐसे शब्द जिन के अर्थ नहीं होते पर जिन में ध्वनि होती है, ऐसी सशक्त ध्वनि जो मुझे किसी भूली हुई कविता को याद दिलाती हो। कभी कभी कविता लिखते समय भी मैं शब्दों से परे कहीं पहुँच जाता हूँ—वहाँ जहाँ मात्र अनुभूति शेष रह जाती है किसी शब्द विहीन नृत्य की किसी शब्द विहीन प्रचण्ड रोष की किसी शब्द विहीन लय की।[1]

कविता का जन्म दिवास्वप्नों में

सृजन भावना का यह उद्गम स्थल क्या वही स्थल नहीं है जिस में से सपने जन्म ले कर पनपते हैं? मानस शास्त्री प्रोफेसर प्रस्काट ने तो पूरी एक पुस्तक ही इस विषय पर लिखी है कि कविता का जन्म दिवास्वप्नों में ही होता है।

पिसेलिन नामक प्रतिष्ठित कवि अपना एक अनुभव इन शब्दों में सुनाते हैं 'एक दिन एक अस्पष्ट सा विचार मेरे मन में आया जो अस्पष्ट होते हुए भी मुझे सुन्दर लगा, और मैं ने उसे किसी-न-किसी प्रकार कुछ शब्दों में बाँध लिया। लेकिन, शब्दों में बाँध लेने पर भी अर्थ स्पष्ट नहीं हुए थे, और मुझे लग रहा था कि वास्तविक कविता का जन्म होना शेष है। कई सप्ताह बाद शायद एक स्वप्न के फलस्वरूप सुबह उठते ही मुझे प्रेरणा आयी कि मैं उस कविता को लिख डालूँ। इस बार लिखना आरम्भ किया तो शब्द इस प्रकार चले आ रहे थे मानो उसी दृश्य का क्रमबद्ध वर्णन करने के लिए ही खास तौर पर बने हों, जो पहले प्रयत्न के समय मेरे मन में अस्पष्ट था पर अब पूरी भाँति खिला हुआ था। उस सुबह का कुछ ही शब्दों लिखा गयीं। मुझे ठीक मालूम नहीं कि कविता तब अधूरी क्यों रह गयी थी? उस की समाप्ति

[1] The Making of a Poem—by Stephen Spender (Harold Matson New York)

के लिए फिर मुझे स्वप्नवत् अवस्था का प्रतीक्षा करनी पडी, जो कहने या मांगने से नही आती, अपने आप आ जाती ह। यह एक विचित्र परन्तु सच्ची बात है कि स्पष्ट और व्यक्त का सृजन करने वाली कविता को अपने जन्म और विकास के लिए स्पष्ट और अव्यक्त अवचेतन पर निर्भर रहना पडता ह।"[1]

वसे यह एक वज्ञानिक तथ्य भी ह कि हमारा चेतन मन विविध प्रवृत्तियों में पड कर जिस भाव को नही पकड पाता, उसे हमारा अवचेतन मन स्वस्थ चित्त अवस्था में केन्द्रित प्रवृत्ति के कारण सहज ही स्थायी रूप से उपलब्ध कर लेता ह। इसी लिए, देखा जाता है कि जब किसी रचना की प्रगति प्रेरणा के साथ न देने या अन्य किसी कारण से रुक जाती ह, तो स्वप्नावस्था में उसे सहज प्रेरणा मिल जाती ह। यह आगे दिये हुए उदाहरणा से स्पष्ट हो जायेगा।

'कवि कविता कसे लिख पाता ह?' और 'कविता उसे किस स्रोत से प्राप्त होती ह?'—इन दो प्रश्नो का उत्तर देते हुए कवि एलेन टेट कहते हैं "मेरे विचार से कविता का जन्म कला विन्यास, स्वप्न और दमित इच्छाओ के मिले जुले प्रभाव के फल-स्वरूप होता ह।"[2]

डोरोथी केनफील्ड नामक लेखिका ने एक पारिवारिक कहानी लिखनी आरम्भ की, जो आरम्भ में अच्छी बन पडी थी। पर, एक स्थान पर आकर उन की समझ में न आया कि कहानी को क्या मोड प्रदान किया जाये, ताकि वह प्रभाव उत्पन्न हो सके, जो वह चाहती थी। बहुत सोचने पर भी यह मोड उन्हें नही सूझा। 'मैं यह सोचते सोचते ही मैं सो गयी और मुझे सपने में दिखाई दिया कि दो बहनें आपस में ईर्ष्या कर रही ह। मैं ने सुबह उठ कर अपनी कहानी को बहनो में ईर्ष्या दिखा कर कहानी को एक ऐसी नयी दिशा में मोड दिया, जिस की कल्पना मुझे जाग्रतावस्था में नही सूझी थी।"

स्वप्नसंचरण-सृजन की आवश्यक शर्त

फ्रांसीसी नाटककार ज्यां कावन्यू का कहना ह कि लेखक को जो प्रेरणा मिलती ह, व तन्द्रिलता के परिणामस्वरूप ही प्राप्त होती ह। मेरे लिए कलम से स्याही पर लिखना गौण बात ह मुख्य बात ह नाटक के कथानक का स्वप्न लेना। यह सपना बिना किसी शारीरिक या बौद्धिक प्रयत्न के अपने-आप, सहज ही आ जाता है, और तब मैं रुग्ण व्यक्ति की भांति चुपचाप पडा इस सपने को देखा करता हूँ, हर क्षण यथार्थ को आगे ढकेलता हुआ। एसे अवसरो पर मैं महा आलसी बन जाता हूँ, और आसपास की दुनिया से विमुख हो कर हज़ारहा यही चाहता रहता हूँ कि यह सपना कभी खत्म न हो, अन्तहीन बन जाये। मेरे लेखन के लिए स्वप्नसंचरण एक

१ Poetry A Magazine of Verse Oct 1940
२ Ibid

आवश्यक बात है। स्वप्नाचारी हुए बिना मुझे यह सूझ ही नहीं सकता कि मैं क्या लिखूं ? इस लिए मैं सदा अपने स्मृति भण्डार को स्वच्छ रखता हूं ताकि स्वप्नाचार के सब सूक्ष्म विवरण मुझे बाद में अच्छी तरह याद रहें। हाल ही में मैंने The Knights of the round table नामक नाटक लिखा था। मैंने न क्या लिखा, सपना में प्रकट होने वाली किसी अदृश्य शक्ति ने मुझ से लिखवाया था। एक रात मैं सचमुच बीमार था, और काफ़ी थका हुआ भी। अगले दिन उठा तो मुझे लगा जैसे मैं किसी थियेटर की सीट पर बैठा यह नाटक देख रहा हूं। महत्वपूर्ण बात यह है कि इस नाटक के पात्रों और परिस्थितियों से मेरा कोई पूर्व-परिचय न था और न ही मैंने कभी इसके कथानक की पूर्व कल्पना की थी।[1]

विख्यात लेखक राबर्ट लुई स्टीवन्सन ने 'एक्रॉस द प्लेन्स' नामक अपनी कृति में स्वीकार किया है कि अपनी सर्वोत्तम कथाओं का आभास उन्हें सपनों में ही प्राप्त हुआ था। 'डॉक्टर जैकल एण्ड मिस्टर हाइड' नामक अपने अमर उपन्यास की रचना उन्होंने सपने से प्रेरणा पा कर की थी। वे आदमी के स्वभाव की द्वैतावस्था पर किसी उपन्यास का सृजन करना चाहते थे। पर दो दिन तक सोच विचार करने के बाद भी वे इस निश्चय पर नहीं पहुंच पाये कि इस द्वैतावस्था का चित्रण किस प्रकार किया जाये। तीसरी रात उन्होंने सपने में 'डॉक्टर जैकल एण्ड मिस्टर हाइड' की पूरी कहानी देख ली।

हिस्ट्री ऑफ मैन नामक पुस्तक में उसके लेखक ग्राट केम ने लिखा है प्रायः मैं पढ़ते पढ़ते सो जाता हूं। मान से पहले मुझे यह याद नहीं रहता कि मैंने क्या पढ़ा है। पर सुबह जागने पर मैंने पाया है कि रात जो कुछ पढ़ा था वह न केवल हृदयगम हो गया है वरन् किसी ने उसे व्यवस्थित रूप भी दे दिया है।

उन्नीसवीं सदी के विख्यात पुरातत्ववेत्ता डा० हरमन हिलप्रस्ट को बेबीलोन *के दो प्राचीन अभिलेखों को पढ़ने में बड़ी कठिनाई हो रही थी। पर, यह कठिनाई* एक सपने ने बड़ी आसानी से हल कर दी। सपने में उन्होंने एक असीरियन को देखा जो बता रहा था कि अभिलेखों का पाठ कैसे करना चाहिए।

सुविख्यात कथा लेखिका राजकुमारी मारिये ने 'पीटर इबेटसन' नामक अपनी कहानी में एक ऐसे बन्दी युवक का वर्णन किया है जो हर रात सपनों में जेल से बाहर आकर अपनी प्रेमिका से मिलता है और वे दोनों साथ मिल जीवन को दुबारा जीते हैं। दु मारिये का कहना है कि यह कहानी निरा कपोल कल्पना नहीं है उनके एक स्वप्नानुभव पर आधारित है।

मार्टन प्रिन्स नामक मनोवैज्ञानिक ने एक कवयित्री के एक कविता लिखने के अनुभव का वर्णन उसी के शब्दों में इस प्रकार किया है 'सहसा रात में तीन और

---

[1] The Process of Inspiration (Le Foyer des Artistes)

धार के बीच मेरी आँख खुल गयी। मैं पूरी तरह जागी हुई थी, और अपने आसपास की वस्तुओं को भलीभाँति देख और पहचान रही थी। लेकिन फिर कुछ समय के लिए—शायद दो या तीन मिनिट के लिए ही—मैं बिलकुल निश्चल-सी हो गया। अब मेरे सामने एक अलौकिक दृश्य उपस्थित था। कमरे की सामने वाली दीवार गायब थी और मैं अन्तहीन आधाररहित क्षितिज में देख रही थी। हल्का कुहरा छाया था, पर धूप की किरणें उसे पार कर के आ रही थीं। अचानक, कुहरे के दो गुच्छ नर नारी का आकार बनाने लगे। जब ये दोनों आकार सुस्पष्ट हो गये तो मैं ने देखा पुरुष ने साधारण किस्म के वस्त्र पहन हुए हैं और स्त्री बाहर वस्त्रों में है। स्त्री का चेहरा झुका हुआ था और उस ने अपनी बाँह पुरुष की गरदन में डाल रखी थी। पुरुष उस की कमर में हाथ डाले उस की ओर देख कर प्यार से मुसकरा रहा था। फिर उन के सिर के ऊपर एक चमकीला तारा चमकने लगा, और पुष्पवर्षा होने लगी। इसी समय पुरुष ने स्त्री का चुम्बन ले लिया। सारा दृश्य इतना अलौकिक मनोरम और सुस्पष्ट था कि मैं ने तुरन्त रोशनी जला कर उसे लिखना आरम्भ कर दिया। १४ १५ पंक्तियाँ लिख कर मैं सो गयी। जहाँ तक मुझे याद है कि उस दृश्य का मैं ने बड़े सीधे सादे ढंग से लिखा था और उस में कोई छन्द या तुक नहीं थी। पर, सुबह उठ कर मैं ने जब अपना लिखा को पढ़ा तो यह देख कर चकित रह गयी कि सारा वर्णन कविता में था। कविता तुकान्त और छन्दमय थी। उस में कई भाव ऐसे भी आ गये थे, जिन के बारे में मैं पूरे विश्वास के साथ याद कर के यह कह सकती हूँ कि दृश्य देखते समय या वर्णन लिखते समय मेरे मन में बिलकुल नहीं थे।"

प्रिंस ने कवयित्री से पूछा कि क्या उस ने यह दृश्य देखने से पूर्व कोई सपना देखा था? उस ने कहा कि सपने उसे कम ही आते हैं और उस रात को या उस से पहले तो उस ने निश्चय ही कोई सपना नहीं देखा था। लेकिन सम्मोहनावस्था में उस ने स्वीकार किया कि उस ने यह दृश्य देखने से पूर्व, सचमुच इस दृश्य से मिलता जुलता एक स्वप्न देखा था। 'वह दृश्य वास्तव में उस से पहले दिखाई दिये सपने के समान ही था और उस की सर्जना उसी प्रक्रिया के फलस्वरूप हुई थी, जिस के फलस्वरूप स्वप्न की रचना हुई थी।'[१]

गुजराती के प्रसिद्ध उपन्यासकार कन्हैयालाल मुंशी के सृजनात्मक जीवन का मध्य बिन्दु जानना हो तो उन का यह वक्तव्य पढ़िए "बालपन से ही मुझे दिवा स्वप्न देखने का मोह जाग्रत हो गया था। अपने घर के दुमंजिले के छज्जे में बैठ कर सरस्वती के सपने देखा करता था। मोर छज्जे के सामने के छप्पर पर आ कर नाचते, तो मुझे लगता कि सरस्वती माँ उन के द्वारा मुझे सन्देशा पहुँचाती है। ध्रुव प्रह्लाद, विश्वामित्र वसिष्ठ, व्यास, परशुराम आदि की कथाएँ सुन कर, उन की सृष्टि में विहार

---

१ Subconscious Intelligence Underlying Dreams

करता। उस समय उन के व्यक्तित्व की कल्पना में निहारी हुई रेखाओं को जीवन भर साहित्य में उभारने की प्रेरणा उसी समय मिली होगी, ऐसा कहा जा सकता है तनमन नाम की एक बाल सखी मेरे खेल की संगिनी बनी—कुछ ही दिनों के लिए। मेरे मन में तनमन की जो छवि अंकित हुई वह अमिट हो कर रह गयी। प्रथम कादंबरी में कल्पना के तौर सोच सोच कर जिन स्मृतियों को संजोया था, उस से पहले १९१३ १४ में 'वैर का बदला' प्रकट हुआ था, तथा बाद में अन्य कई उपन्यास। जैसे माँ को खबर नहीं होती कि वह कैसे बालक को जन्म देगी, इसी प्रकार मुझे खबर नहीं होती कि मेरी कल्पना में कैसा पात्र सृजित होगा।'[1]

मराठी के प्रसिद्ध आलोचक माधव आचवल की दृष्टि में मराठी के प्रख्यात कथाकार और लेखक गंगाधर गाडगिल अपने लेखन में "मूल तत्त्व के अनिवार्य रूप को बनाये रखने के साथ अपनी रचनाओं को सृजनात्मक कलाकार के संवेदन का ऐसा स्पर्श प्रदान करते हैं कि वे गद्यगीत, और इम्प्रेशनिस्ट लैंडस्केप (प्रकाश और छाया की चेतना से पूर्ण) लगती है। उन में लेखक के मस्तिष्क के सूक्ष्म परदे द्वारा बाहरी संसार का दर्शन होता है।'

गाडगिल के इस सूक्ष्म स्वप्निल और अन्तर्मुखी दृष्टिकोण का रहस्य क्या है, यह स्वयं उन्हीं के शब्दों में सुनिए तारुण्य का जादू मुझ पर असर कर चुका था और मैं स्वप्न जगत में विचरने लगा था। उस स्वप्न जगत में चारों ओर कलाबत्तू की सी चमक थी। कृतित्व के सभी विलास थे। सभी इच्छाओं की पूर्ति वहाँ होती थी। कल्पना के स्वच्छन्द विहार के लिए नन्दनवन मेरे सामने खुला पड़ा था और मेरे अहं का प्रचण्ड महासन्तापी नाग उस स्वप्न जगत में आनन्द के नशे में अन्धा हो कर डोल रहा था। उस स्वप्न जगत में जीवन का आह्वान था, और मृत्यु भी थी—नर्सिसस की भांति उस स्वप्न जगत में रम न गया होता तो हमेशा के लिए दरिद्र बन कर रह जाता और यदि उसी में फंसा रह जाता तो कब का मर चुका होता। उस की पकड़ से मुक्ति पाने के लिए मुझे असीम कष्ट झेलने पड़े। आज भी वह कष्ट झेल रहा हूं। एक ओर था यह स्वप्न जगत और दूसरी ओर था विषमताओं से पूर्ण यथार्थ जीवन जो कहता था मेरा अर्थ समझ। इस अर्थ को समझने से बचना असम्भव था कारण सारे संसार का सुख दुःख मैं भुगत रहा था।[2]

मेरी रचना प्रक्रिया नामक निबन्ध में हिन्दी के मूर्धन्य कवि बच्चन कहते हैं—'मस्तिष्क की साधारण प्रक्रियाएं भी बड़ी रहस्यमय हैं। मनोवैज्ञानिक सभी उस का क ख ग भर जान पाये हैं। सृजन की प्रक्रिया का फिर क्या कहना, जिस से अपना ही नहीं, जन-मानस, युग मानस परम्परागत मानस एक साथ काम करते हैं।[3]

---

१ सारिका
२ सारिका
३ नये पुराने झरोखे राजपाल एण्ड सस।

अमर कला के जनक—क्षणभंगुर सपने

सपनों की अँधेरी, रहस्यमयी पर फलवती दुनिया से साहित्यिकों का ही परिचय हो, ऐसा नहीं है। अनेक भविष्यवक्ता, नेता और संगीतकार और चित्रकार आदि भी अपनी 'प्रेरणाओं' के लिए रात में आने वाले सपनों या दिवास्वप्नों के ऋणी हैं।

विश्वविख्यात संगीतकार मोजार्ट को उन की एक संगीत धुन, जो आज भी अपनी सुललित गेयता के लिए प्रसिद्ध है, एक बग्घी में उस समय सूझी थी, जब वे यात्रा करते करते झपकियाँ लेने लगे थे। इस अनुभव का विशद वर्णन उन्होंने अपने एक पत्र में किया था, जो काफ़ी प्रसिद्ध हुआ।[1] मेस्मरिज़्म के आविष्कारक मेसमर के घनिष्ठ मित्र होने के कारण वे यह भलीभाँति जानते थे कि 'जब-तक कलाकार अवचेतन जगत के स्वप्न गगन में स्वच्छंद विहारी पक्षी की भाँति नहीं उड़ता, तबतक वह किसी नये सृजन का माध्यम नहीं बन सकता।'

प्रसिद्ध वायलिन-वादक तारातिनी का दावा था कि 'द डेविल्स सॉनेट' नामक नामी धुन उन्हें पूरी की पूरी सपने में सुनाई दी थी।

एक अन्य महान संगीतकार चोपीन, जो अपनी मर्मस्पर्शी संगीत-सृष्टि के लिए प्रख्यात हैं, के संगीत सृजन का आधार सपनों में प्राप्त प्रेरणा में उन की निष्ठा थी। 'अमरता का जन्म क्षणभंगुर सपनों में ही होता है,' वे कहा करते थे।[2]

नृत्य विशारदा मेरी विगमन ने, जिन की कई नृत्य शैलियाँ अपनी अछूती महानता के कारण सदाजीवी हैं, अपने एक नृत्य 'पास्तोरल' की कल्पना की कहानी इस प्रकार कही है : 'एक दिन मैं स्टूडियो आयी तो काफी थकी माँदी थी। आते ही आराम करने बैठ गयी। धीरे धीरे, मेरे मन पर किसी अज्ञात पर गहरे साक्षात्कार की तन्मयता की छाप पड़ने लगी, और मैं बिलकुल खो सी गया। जब जागी, तो अपने को पूरी तरह से शिथिल पाया। सहसा, न जाने मुझे क्या सूझा मन्द मन्द गति से एक अनजान नृत्य करने लगी। सहायकों से कहा : 'मालूम नहीं, मैं क्या कर रही हूँ, पर चाहती हूँ कि इस के साथ कोई नरकुल के डण्ठलों से बना कोई वाद्य-नृत्य बजाता रहे।'' ''इस यन्त्र की मर्मरमय ध्वनि ने मिल कर इस नये नृत्य को जन्म दिया। पर, उस का जन्म तो पहले ही—मेरे अन्दर ही मेरे सपनों में—हो चुका था।''[3]

चित्रकला की नयी शैली—'कोलाज' में असम्बद्ध और अपूर्ण वस्तुओं का उपयोग किया जाता है जो कलाकार के चेतन और अचेतन मन के बीच चलती रहने वाली आँखमिचौनी की अतर्क्य स्थितियों को ही अभिव्यक्त करती है।

---

१ The Life of Mozart—by Edward Holmes (E P Dutton & Co)
२ Musical Mind—by Harold Shapiro (League of Composers Inc)
३ Modern Music Jan Feb 1946

कला में 'अतियथार्थवाद' नामक आन्दोलन के प्रवर्तकों में से एक, सल्वादोर दाली की विसंगत और अननुरूप कलाकृतियाँ, स्वयं उन्हीं की स्वीकारोक्ति के अनुसार उन के विभिन्न सपनों की प्रतिलिपियाँ और प्रतिच्छायाएँ ही हैं। अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति प्राप्त भारतीय कलाकार और कथा लेखक बदरीनारायण का भी कहना है कि अपने सृजनात्मक क्षणों में कलाकार अपने निजी स्वप्नों को ही स्वीकारता और मूर्त रूप देता है।

निजी सपने ही हेनरी मूर, पिकासो वान गाग आदि मूर्धन्य कलाकारों के सफल कला-सृजन का मूल स्रोत भी थे। दिवास्वप्नों में पली उन की जादुई कल्पना शक्ति ही, जो उन्हें इष्ट था, उस का निर्माण करती थी।' यह कथन है पिकासो के एक अंतरंग मित्र का।[१]

विख्यात अमरीकी चित्रकार एंड्रयू वेथ की मान्यता है कि उन की अधिकांश कलाकृतियों के मूल में स्वप्न ही हैं मगर विगत जीवन के अनुभवों पर आधारित स्वप्न।

---

१ Conversations with Picasso —Cahiers D'art 1935

स्वप्नविज्ञान प्रगति का मूल्यांकन

पिछले ३० ३५ वर्षों से नीद ने विश्व के अनेक वैज्ञानिको की नींद हराम कर रखी है। नींद और सपनो की इस दुनिया को वे जितना ज्यादा जानते जाते हैं, उतनी ही वह अधिक रहस्यमयी बनती जाती है।

जागना सोने से ज्यादा जटिल प्रक्रिया

हमारे जीवन का कम से कम तिहाई भाग नीद में ही बीतता है। पर, नीद क्या है क्यो आती है और हमें सचमुच कितनी नींद की जरूरत है इन प्रश्नो के सही और प्रामाणिक वैज्ञानिक उत्तर दे सकना फिलहाल नामुमकिन है, क्योंकि इस सम्बन्ध में वैज्ञानिको के प्रयासो से सुनिश्चित और सम्पूर्ण परिणाम अभी तक सामने नही आ सके है। साधारण व्यक्ति तो यही जानता है जब वह जागता नही होता तब सो जाता है। यही नीद है। और, इसी नीद में उसे सपने आते है। लेकिन बात इतनी आसान नही है। एक निद्रा विशेषज्ञ वैज्ञानिक का कहना है—'जागना सोने से ज्यादा जटिल प्रक्रिया है। नींद कोई आश्चर्य नही है, आश्चर्य यह है कि हम जागते भी है।'' एक दूसरे निद्रा विशेषज्ञ का कहना है—'पहले समझा जाता था कि मस्तिष्क में एक निद्रा केन्द्र होता है, पर अब मार्गो, माउन्जो आदि वैज्ञानिकों ने यह प्रमाणित कर दिया है कि वहाँ सिर्फ एक जागरण केन्द्र ही होता है जो हमे जाग्रत रखता है, और इस की सक्रियता समाप्त होते ही, और जागने के लिए आवश्यक उत्प्रेरक तत्त्वो के अभाव में हम सो जाते है।''

उदाहरणार्थ, शोर न हो और जगह आरामदेह हो, तो भले ही आदमी वहाँ जा कर गहरी नींद में न सोये, हल्की सी झपकी तो ले ही लेता है। नीद ऐसी चीज है, जो कही भी, किसी भी समय आ सकती है।

नीद की एक सरल, वैज्ञानिक व्याख्या इस रूप में की जा सकती है जब हमारी आँखें बन्द हो जायें, रक्तचाप कम हो जाय, हथेलियाँ और शरीर के अन्य नाजुक भाग कुछ नम हो चलें मस्तिष्क यथार्थ एवं कल्पना के बीच विचरण करने लगे (जिसे 'हिप्नागोगिक' अवस्था कहा जाता है) तो इन सब के संयोग से उत्पन्न स्थिति को नीद कहा जाता है।

जब हम सोते हैं, तब क्या होता है ? हमारे शरीर पर उस की प्रतिक्रिया यह होती है कि दिल की धडकनें ७५ प्रति मिनट से कम हो कर ६० प्रति मिनट हो जाती है। एक मिनट में १६ बार सांस न ले कर हम १२ बार ही सांस लेते हैं। शरीर के तापमान, रक्तचाप और आमाशिक कायाग्नि में थोडी-सी कमी हो जाती है। पर त्वचा का तापमान बढ जाता है—और न मालूम क्यों प्रस्वेद ग्रंथियाँ भी अधिक सक्रिय हो जाती हैं। पहले वैज्ञानिकों का विश्वास था कि निद्रावस्था में मस्तिष्क की ओर जाने वाला रक्त प्रवाह कम हो जाता है पर अब प्रयोगों के आधार पर वे कहते हैं कि यह रक्त प्रवाह क्रमशः बढता रहता है। नवीनतम वैज्ञानिक प्रयोगों के अनुसार नींद की चार उल्लेखनीय अवस्थाएं होती हैं। इन अवस्थाओं में मस्तिष्क की तरंगों का प्रतिमान बदलता रहता है। पहली अवस्था में जब व्यक्ति जाग्रत होता है, कुछ मिनट ही लगते हैं। इस अवस्था में मस्तिष्क से आने वाली विद्युत तरंग कम वोल्टेज की और अनियमित होती है। दूसरी अवस्था में इन तरंगों की गति बढ जाती है और पुतलियाँ हल्के हल्के घूमने लगती हैं। तीसरी अवस्था में यह गति पहली अवस्था की गति से पाँच गुना अधिक हो जाती है। चौथी अवस्था में व्यक्ति गहरी नींद सो जाता है, और उसे आसपास के शोरगुल का कोई भान नहीं होता।

रूस के विख्यात निद्रा शास्त्री पावलोव ने नींद पर जो प्रयोग किए थे, वे अत्यन्त महत्त्वपूर्ण माने जाते हैं। १९१० में उन्होंने निद्रा के वैदिक स्वरूप की जो व्याख्या की थी वह इस प्रकार है (१) नींद मस्तिष्क के कोशों का वह ढीला अटकाव है जो मस्तिष्क के उच्चतम भागों में फैल जाता है। (२) नींद मस्तिष्क की सक्रियता का एक अनिवार्य अंग है जो उसे शक्तिक्षय के रोगों से बचाये रहता है और आरोग्य प्रदान करता है।[1] पावलोव की इस व्याख्या ने अन्य वैज्ञानिकों को नींद की लाक्षणिक विशिष्टताओं तथा नींद के कारणों को समझने में काफी सहायता की। मानव शरीर के अध्ययन का क्षेत्र विस्तृत हुआ और नयी नयी दवाओं के आविष्कार हुए।

अमरिका के डॉक्टर क्लीटमन और डॉ० डीमेंट ने भी अनकानेक प्रयोगों द्वारा नींद के रहस्यों का उद्घाटन करने की कोशिश की है। प्राग के डाक्टर एडवर्ड कुहन ने भी डॉ० क्लीटमन के समान यह जानने का प्रयत्न किया है कि अनिद्रा की शरीर पर क्या प्रतिक्रिया होती है ? क्लीटमन ने यह सिद्ध कर दिया है कि रात्रि के उत्तरार्द्ध की नींद पूर्वार्ध की नींद से किसी भी प्रकार कम महत्त्व नहीं रखती। उन का कहना है 'नींद की अवस्था ऐसी नहीं होती कि हम रात को नौ-दस बजे सो कर सुबह ही जगें। हमें निद्रावस्था में कई बार जागरण से गहरी नींद के बीच की स्थितियों में हो कर गुजरना पड़ता है। यह धारणा गलत है कि मध्यरात्रि के पूर्व बड़ी गहरी नींद आती है।

---

१ Sleep Hypnosis Dreams—by L Rokhlin (Foreign Languages Pub House Moscow)

वास्तविकता यह है कि हम जब भी सामान्य, गहरी नींद रात के पहले भाग में कुल मिला कर दो घंटे या उस से अधिक समय तक भी आ सकती है।

डॉ० डीमेन्ट ने एक विशेष निद्रा यन्त्र का आविष्कार किया है, जिस की विद्युततरंगें पशु या आदमी को मूर्च्छावस्था में ले आती हैं। इसी यन्त्र के जरिये उसे आसानी से उठाया भी जा सकता है। इस यन्त्र के एलेक्ट्रोडों की मदद से जो हल्की बिजली गुज़ारी जाती है उस का अनुभव प्रायः नहीं होता।

हम क्यों सोते हैं ?

निद्रा सम्बन्धी अनेक सिद्धान्तों के बावजूद यह बात अभी तक वैज्ञानिकों को मालूम नहीं है कि आदमी क्यों सो जाता है ? नींद का कारण शारीरिक है या मनोवैज्ञानिक, यह प्रश्न अभी तक अनुत्तरित है। मगर, यह जानने में वैज्ञानिक अवश्य सफल हो गये हैं कि नींद की दो किस्में हैं—शान्त निद्रा और क्रियाशील निद्रा। नींद की इन दोनों किस्मों में समानता सिर्फ यही है कि दोनों ही उत्तेजना के रूप हैं, नहीं तो जैसा कि वैज्ञानिक प्रयोगों से पता चला है, उन में बहुत अधिक अन्तर है। चिकित्सकों के अनुसार दुनिया में आठ में एक व्यक्ति अपने जीवनकाल में किसी न किसी मानसिक रोग से अवश्य पीड़ित होता है। इन मानसिक रोगों से पहले नींद में गड़बड़ी भी अवश्य उत्पन्न होती है। इसी लिए पश्चिम में दवा के दस प्रतिशत नुस्खे निद्रा लाने वाली गोलियों और दवाओं के ही होते हैं।

नींद का प्रायः तीन चौथाई भाग 'शान्त निद्रा' के रूप में ही व्यतीत होता है और उस अवस्था में दिमाग की लहरों की गति अपेक्षाकृत धीमी होती है। 'क्रियाशील निद्रा', जिसे वैज्ञानिक भाषा में रपिड आई मूवमेन्ट या रम कहा जाता है, में ही सपने दिखाई पड़ते हैं और जैसा कि इस के नाम से प्रकट है, इस निद्रावस्था में आँखों की गतिविधि बड़ी तेजी से होती है। अधिकतर वैज्ञानिक नींद के इस रहस्यमय स्वरूप के अध्ययन में ही लगे हैं। स्वप्न अनुसन्धान ने पश्चिम में एक महान उद्योग का रूप ले लिया है। अकेले अमरिका में ही एक दर्जन से अधिक स्वप्न प्रयोगशालाएँ हैं। ब्रिटेन, फ्रांस, रूस तथा अन्य देशों में भी ऐसी अनेक प्रयोगशालाएं हैं। अमेरिकी प्रयोगशालाओं में ४००० व्यक्तियों ने १२,००० से अधिक रातें इस अनुसन्धान में बितायी हैं।[1]

एलक्ट्रान एसफेलोग्राफ (ई० ई० जी०) नामक एक अन्य यन्त्र की मदद से (जो दिमाग की लहरों को दर्ज करने के अलावा सपने भी दर्ज करता है) डॉक्टर डीमेन्ट और उन के सहयोगी इतना जानने में सफल हो गये हैं कि 'क्रियाशील नींद' की स्थिति में आदमी काफी बेचैन और परेशान रहता है और उस के मस्तिष्क में विभिन्न स्वप्न तथा तरंगें सिनेमा के परदे पर फिल्म के दृश्यों की भांति नाचते रहते हैं। इस अवस्था में उस की स्वेद ग्रंथियां अधिक सक्रिय हो जाती हैं और यदि

१ Sleep—by Dr Kleitman et al

अनिद्रा राग को दूर करने का एक तरीका यह भी ह कि कृत्रिम रूप से सोने की पद्धति को बदल दिया जाये। अ तरिक्ष यात्रियो को सप्ताह में केवल एक बार ही लम्बे समय तक सोने का मौका मिल सके, कायरत सनिक भी अधिक समय तक जाग कर अपनी नींद एक ही बार काफी देर तक सो कर पूरा कर लें और इस पर भी उन के स्वास्थ्य और उन की कायक्षमता में कोई फक न पड इस के लिए प्रयोग किये जा रहे ह।

कृनिम निद्रावस्था

इतना ही नही एसी दीघ निद्रा की प्राप्ति क प्रयाग भी चल रहे ह जो घटो तक नही वर्षो तक चलेगी। आज यह तो स्वाकार किया जा चुका ह कि मानव में हफ्ता और सालो तक चलन वाली निद्रावस्था पूणतया सम्भव ह। कुछ वनानिक यहा तक कहने लगे ह कि मानव में लगातार बीस वर्षो तक चलने वाली कृनिम निद्रावस्था की उपलब्धि भी आने वाले पद्रह बीस वर्षों में की जा सकती ह, बशर्ते प्रयोग अबाध रूप से होते रहें। डोमियाइल सल्फो ऑक्साइड रसायन के जरिये यह कृनिम निद्रावस्था प्राप्त की जा सकती ह। इस अवस्था में शरीर का तापक्रम बफ क जमने क तापबिंदु से भी नीचे रहेगा और उस सामा य तापक्रम पर लाने क लिए सोये हुए व्यक्ति को बीच बीच में उठाने की जरूरत पडगी।

इस सम्भावना के बाद असाध्य रोगा से पीडित रोगियो की चिकित्सा ज्यादा अच्छे तरीके से हो सकेगी और रोगग्रस्त अगा को आसानी से निकाल कर उन के स्थान पर स्वस्थ अगा को जोडा जा सकेगा। रक्तवाहिनियो का सम्बन्ध यांत्रिक हृदय से कर के मृतप्राय रोगी को काफी समय तक जीवित रखा जा सकेगा।

अनिद्रा रोग कभी-कभी भयकर रूप धारण कर लता ह और तब रोगी आत्महत्या तक कर बठता ह। एसे उदाहरण अकसर पढ़ने को मिलते हैं। इस में आश्चय की कोई बात नहीं ह कारण लम्बे काल तक चलन वाली अनिद्रा निश्चय ही आदमी क शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य को हानि पहुँचाती ह। चेकोस्लोवाकिया में हुए एक वनानिक प्रयाग ने यह बात अंतिम रूप से सिद्ध कर दी।

इस प्रयाग में ४ युवकों और २ युवतिया को लगातार ५ दिनों तक सोन नही दिया गया। टेलीविजन क माध्यम स सार चेकोस्लोवाकिया न इन छहो का जागते तथा अनिद्रा की उन पर प्रतिक्रिया हाते देखी। पहली रात ये छहों बडे आराम स जागत रहे। पर दूसरी रात उन की सोचन की शक्ति कमजोर पडन लगी। तीसर दिन की सुबह को सोने की उन की इच्छा अदम्य थी। आँख मूद कर जलने लगी थी, और उन्हें एक के दो दिखाई दे रह थे। नींद की व्यग्रता आकांक्षा का दबान के लिए उन्हें घूमने और नृत्य करने की सलाह दो गयी। पर क्रमश उन क लिए घूमना या नृत्य करना भी असम्भव हा गया। व न ता काई वस्तु अपन हाथा में दर तक सँभाल

सकते थे, और न किसी काय या वस्तु पर कुछ सेकडो से अधिक समय के लिए अपना ध्यान केंद्रित कर सकते थे। एक दिलचस्प बात यह थी कि युवतियो पर अनिद्रा का प्रभाव इतना तीव्र नही हुआ था, और व युवको की अपेक्षा अधिक चुस्त और स्वस्थ थी। वे स्वस्थचित्त व्यक्तियों की भाँति हँस खेल सकती थीं। चौथे और पाँचवें दिन युवकों में अधीरता, अनिश्चय के लक्षण अधिक प्रबल रूप में दिखाई पड़े। भोजन के प्रति रुचि कम हो गयी।

डॉक्टर कुहन का कहना ह कि स्वस्थ व्यक्ति अपने स्वास्थ्य को बिना कोई गम्भीर हानि पहुँचाये १२५ घटा तक जाग सकता ह और इतनी अवधि तक न सोने का दुष्प्रभाव लगातार १० से १८ घटों तक बराबर सोने पर चला जाता ह। पर, यदि

इस से अधिक समय तक जागा जाये तो या रोज रात्रि जागरण किया जाये, (जसा कि रात में जागने वाले चौकीदार आदि को करना पड़ता ह) तो शरीर के अगो की क्रिया की लय बुरी तरह भग हो जाती ह और यह आदत भाँति भाँति के शारीरिक और मानसिक रोगो का जन्म देती है। आजकल अनिद्रा रोग के तजी से फलन के कारणो में एक कारण ह — रात भर चलने वाले कार्यों और धधो में वृद्धि।

उन लोगो की बात पर एकदम यकीन न कर लीजिए जो या तो यह कहते रह ह कि उन्हें रात भर नींद नहीं आयी या यह कि व रात को एक क्षण के लिए भी नहीं जागे। एमी मिसालें मौजूद ह जब वैज्ञानिको ने रात भर न सोने वालों को रात भर

खुर्राटे भरते पाया और एक क्षण के लिए भी न जागने वाला को बड़ी बेचैनी से रात गुजारते पाया। इस बारे में आदमी का कथन इतना विश्वसनीय नहीं जितना निद्रा यन्त्रों द्वारा दिये गये निर्णय। हम सब अपनी जाग्रतावस्था का कुछ न कुछ भाग खुली आँखों की नींद (मायक्रास्लीप) में बिताते हैं जब मस्तिष्क अपनी थकावट दूर कर तरोताजा होता है।

वैसे, दुनिया में एक ऐसा आदमी भी है जो न कभी सोता है न कभी सपने देखता है। यह व्यक्ति है—स्पेन का ६५ वर्षीय वलटीन मदिना पेरेस। उस के परिवार के सदस्यों पड़ोसियों और डाक्टरों का कहना है कि उन्होंने उसे कभी सोते नहीं देखा। वह बचपन से आज तक नहीं सोया है। युवावस्था में जब वह सेना में था तब वह दिन भर काम करने के बाद रात को सन्तरी बन कर पहरा भी देता था। उसे सुलाने के लिए उस के साथियों ने कई बार शराब और नींद की गोलियाँ दीं पर उस पर उन का कभी कोई प्रभाव नहीं हुआ। वह हमेशा से सरल और चिंतारहित जीवन जीता आया है। चूंकि उस का जीवन समस्यामुक्त है इस लिए उसे कभी सपनों की जरूरत नहीं पड़ती।

वैज्ञानिकों ने इस बारे में भी खोज की है कि हम कितनी नींद की जरूरत है। ४० वर्षों से नींद का अध्ययन करते आ रहे डाक्टर क्लीटमन का कहना है—जिस तरह प्रत्येक व्यक्ति की भूख निश्चित तथा अन्य व्यक्तियों से अलग होती है उसी प्रकार उस की नींद की मात्रा भी निश्चित और अन्य व्यक्तियों से अलग होती है। इस बारे में कोई नियम निर्धारित नहीं किया जा सकता। जितनी नींद के बाद व्यक्ति अपने आप को स्वस्थ और अगले दिन के काम के लिए चुस्त और तत्पर पाए वही उस के लिए आदर्श नींद है।

एक चिकित्सक डा० टिल्टर ने सच ही कहा है— आदमी के ऊपर काम का बोझ जितना ज्यादा बढ़ता जाता है उस की नींद की जरूरत भी उतनी ही ज्यादा बढ़ती जाती है। आदमी जितना ही अधिक व्यस्त हो उसे उतना ही अधिक सोना चाहिए। दुर्भाग्य से आज इस का ठीक उलटा देखने में आता है। परिणामस्वरूप सतत तनाव के कारण जमी घातक बीमारियाँ बढ़ती जाती हैं। तनाव सिद्धांत के जन्मदाता डॉ० ह्ल्य भी इसी बात का अनुमोदन करते हुए कहते हैं— नींद की कमी खुद एक तनाव है और सरदर्द कमजोरी जोड़ों में दर्द चिड़चिड़ापन आदि प्रारम्भिक रोगों से ले कर अन्त में आकस्मिक मृत्यु का कारण भी बन सकती है। वृद्धावस्था के कई अस्पष्ट रोगों की जड़ में नींद की कमी या अनिद्रा रोग ही है। यह धारणा गलत है कि वृद्ध व्यक्तियों को ज्यादा नींद की जरूरत नहीं पड़ती। उलटे उन्हें आठ घंटे से अधिक सोना चाहिए। इस के अतिरिक्त यदि वे शाम को भी एक घंटा सो सकें तो और भी अच्छा, क्या इस से उन्हें रात को भी ज्यादा गहरी नींद आएगी।

डा० एडवर्ड हारपर ने अपनी विशेष निद्रा चिकित्सा पद्धति से दमा, त्वचा रोगों, जठररोग आदि रोगों से पीड़ित रोगियों को ठीक किया है। वे अपने रोगियों को १० से १४ दिनों तक सोने देते हैं और सुबह शाम को कुछ देर के लिए ही उठाते हैं। इस चिकित्सा-पद्धति का सहारा मानसिक रोगों का इलाज करने वाले मानस रोग विशेषज्ञ भी लेते हैं।

क्या हम सब रोज उतनी नींद ले लेते हैं, जितनी हमें लेनी चाहिए? डाक्टरों का कहना है कि दुनिया के आधे से अधिक व्यक्ति सुबह को तरोताजा नहीं उठते, जिस के साथ अर्थ यह है कि वे पूरी नींद नहीं लेते। बहुत कम व्यक्ति नियम और निष्ठा के साथ पूरी नींद लेते हैं। जिस प्रकार हम भोजन की दिनचर्या और मात्रा का पालन नहीं करते उसी प्रकार नींद की दिनचर्या और मात्रा का भी नहीं करते। और, इस का कुपरिणाम हमें आगे चल कर गम्भीर शारीरिक और मानसिक रोगों के रूप में भुगतना पड़ता है।

हमारे पुरखे रात को नौ बजे सो जाते थे, और सुबह को चार बजे उठ जाते थे। वे रात्रि के भोजन के दो घण्टे बाद सोते थे, और सोने से पहले कोई खाद्य या पेय पदार्थ नहीं लेते थे, और न ही किसी उत्तेजक वादविवाद में भाग लेते थे। फलस्वरूप, वे हम से कहीं अधिक स्वस्थ और दीर्घजीवी होते थे।

यदि आप चाहते हैं कि आप की दृष्टि और स्मृति तेज हो, त्वचा उज्ज्वल और दमकती हुई हो, हाजमा ठीक हो, वजन और शक्ति आप की आयु के अनुरूप हो, तो सदा एक स्वर्ण नियम का पालन कीजिए। दिन भर डट कर मेहनत कीजिए और शाम को सात बजे खाना खा कर तथा थोड़ा टहल कर ठीक नौ बजे सो जाइए और फिर सुबह चार बजे उठ जाइए।

चौबीस घण्टे में सात आठ घंटे की नींद एक आवश्यकता है, सुख साधन नहीं, जैसा कि आमतौर पर समझा जाता है। अपने शारीरिक और मानसिक सन्तुलन तथा सामन्जस्य को बनाये रखने के लिए हमें नींद के एक घंटे की भी उपेक्षा हरगिज नहीं करनी चाहिए, अन्यथा हमें इस की भारी कीमत चुकानी पड़ सकती है।

सपने—मानसिक स्वास्थ्य के लिए अनिवार्य

इसी प्रकार सपने भी मानसिक स्वास्थ्य के लिए आवश्यक हैं। फ्रायड के अनुसार यदि किसी व्यक्ति को, किसी तरीके से सपने देखने से वंचित कर दिया जाये, तो वह जल्दी ही पागल हो जायेगा। कारण ऐसी अवस्था में उस के मस्तिष्क में अधूरे विचारों और अस्पष्ट प्रभावों का ढेर का ढेर जमा होता जायेगा जो परिपक्व और सम्पूर्ण विचारों को भी स्मृति भण्डार में नहीं जाने देगा। सपने दिन रात सक्रिय रहने

वाले मस्तिष्क के लिए सेफ्टी वाल्व' का काम करते हैं। उन में शमन करने की भी शक्ति होती है और स्वस्थ करने की भी।

यदि आदमी सपने देखना बन्द कर दे तो असमय ही बूढ़ा हो जाये। वे ईश्वरीय देन भले ही न हों, श्रान्तिविनोदन के मूल्यवान साधन हैं और जीवन के सफर के दिलचस्प साथी।

पहले ऐसा समझा जाता था कि बहुत अधिक सपने देखना या लम्बे समय तक सपने देखना अस्वाभाविक है। पर अब वैज्ञानिक प्रयोगों से यह बात निश्चित हो गयी है कि सपने देखना साँस लेने की तरह जागरण निद्रा क्रम की एक अति स्वाभाविक क्रिया है। जब इस क्रिया में कोई बाधा पहुँचने लगती है तो मनुष्य अस्वाभाविक काम करने लगता है। एक वैज्ञानिक ने एक व्यक्ति को कई रातों तक सोने तो दिया पर सपने नहीं देखने दिया। नतीजा यह हुआ कि उस ने छोटी मोटी चीजें चुरानी आरम्भ कर दी जो उस की प्रकृति के एकदम प्रतिकूल था। पर जैसे ही उसे सपने देखने के लिए स्वाधीन छोड़ा गया, उस की यह आदत छूट गयी।

सपने किस प्रकार आरोग्य और स्फूर्ति प्रदान कर सकते हैं इस बार में विख्यात मनशास्त्री फ्रेंक जी का कहना है खास तौर पर सृजनशील सपने नयी जीवनीशक्ति प्रदान कर हम क्रियाशील बनाते हैं। हमारी कल्पना ही उन की सृष्टि करती है और उन का हमारे बात दिन के कार्यकलापों से प्रायः कोई सम्बन्ध नहीं होता। दिन के तनावों से मुक्ति पाने और विश्रान्ति प्राप्त करने के लिए मन ऐसे सपनों की शरण में जाता है। वह सपनों में ऐसी परिस्थितियों का निर्माण करता है जो जाग्रतावस्था की परिस्थितियों से भिन्न होती हैं। दिन की कष्टदायक परिस्थितियों का इलाज वह सुखदायक सपनों की सृष्टि करके करता है। चिन्ता और घृणा को वह प्रेम और विश्राम के सपनों को जन्म दे कर दूर करता है। जागृत समय हमारे मन पर जो मानसिक आघात लगते हैं आशाजनक सपने उन पर मरहम का काम करते हैं। नींद का हमारी मानसिक क्रियाओं पर हितकारी प्रभाव पड़ता है और नींद अपना कल्याणकारी प्रभाव स्फूर्तिदायक सपनों के माध्यम से भी डालती है।

पर जब हम नींद के इस कल्याणकारी प्रभाव को प्राप्त करने में असमर्थ रहते हैं और मानसिक तनावों के असह्य भार से सदा त्रस्त रहते हैं तो स्वप्न भ्रमण (Sleepwalking) नामक मानसिक रोग के शिकार हो जाते हैं। यह एक अत्यन्त गम्भीर रोग है जिस का इलाज कोई कुशल और सहानुभूतिशील मानस रोग विशेषज्ञ ही कर सकता है।

स्वप्नचारी को होश में आने पर अपने स्वप्नभ्रमण की कोई बात याद नहीं रहती। कारण उस अवस्था में उस का चेतन मन निष्क्रिय और निश्चिन्त रहता है और अवचेतन मन, जिस पर न चेतन मन का कोई नियन्त्रण है न दुनिया के किसी नियम और रीतिरिवाज का, ही सक्रिय रहता है।

इस विचित्र रोग से ग्रस्त व्यक्ति की क्या हालत हो जाती है, यह नीचे के कुछ उदाहरणों से स्पष्ट है।

स्वप्न भ्रमण के विचित्र प्रसंग

इंगलैंड, जहाँ स्वप्न में भ्रमण तथा अन्य कार्य करने वाले व्यक्तियों की संख्या लाखों में है—के स्काटलैंड यार्ड (गुप्तचर विभाग) के एक अधिकारी को सूचना मिली कि नगर में एक खून हो गया है। हत्यारे की खोज का काम उसे सौंपा गया। उस का शक जिस व्यक्ति पर था वह अन्य नगर में चला गया था। वह अधिकारी उसे ढूँढने के लिए उस नगर में पहुँचा। पर वहाँ पहुँचने के तीन चार दिन बाद, उसे मालूम पड़ा कि वहां भी ठीक पहले वाले खून की तरह एक खून हो गया है। अधिकारी का सन्देह दृढ़ हो गया कि हो न हो इन दोनों खूनों की तह में वही व्यक्ति है जिसे खोजने वह आया है। इस खोज में उस के विभाग के कुछ और लोग भी शामिल हो गये।

कुछ दिन बाद जब हत्यारे का पता लगा, तो लोग यह जान कर दंग रह गये कि हत्यारा वही पुलिस अधिकारी था जो हत्यारे की खोज कर रहा था।

मानस शास्त्रियों के परीक्षण से पता चला कि वे महाशय स्वप्नचारी थे और हत्या बिना किसी राग द्वेष के अज्ञात स्थिति में ही करते थे। सोते-सोते, एक खास ढंग से हत्या कर आते थे, और जागने पर इस बात को बिलकुल भूल जाते थे। यदि उन के साथियों ने उन्हें पकड़ा न होता, तो न जाने कितने निर्दोष व्यक्ति उन के हाथों प्राण खो बैठते।

भारत की एक रियासत के राज परिवार की १३ १४ साल की एक किशोरी स्वप्नों में ही अपने सन्दूक को खोल कर सब कपड़े निकाल लेती, और उन्हें फिर जमा कर वैसे ही रख देती जिस कपड़े को सीना होता उसे ठीक काँट छाँटकर सी लेती और अन्त में जा कर सो जाती। इस अवस्था में वह जो करती, उस का साक्षी उस का बाह्य मन नहीं होता था।

स्काटलैंड यार्ड के हत्यारे अधिकारी की भाँति आस्ट्रेलिया की एक ५० वर्षीय विवाहित महिला ने भी नींद की अवस्था में हत्या की थी। मेलबोर्न की एक अदालत में पेश हुए उस के मामले से लोगों को पता चला कि एक रात उस ने सपना देखा कि उस ने कुल्हाड़ी से अपनी १९ वर्षीया पुत्री की हत्या कर दी है। अगले दिन जागने पर उस ने खून से लथपथ अपनी पुत्री को अपने पास पड़े पाया। यद्यपि मनोवैज्ञानिकों की राय में उस ने ही निद्रित अवस्था में अपनी पुत्री की हत्या की थी तथापि ज्यूरी ने यह फैसला कर के कि हत्या करते समय उस के सुषुप्त बाह्य मन को यह मालूम नहीं था कि वह क्या कर रही है, उसे छोड़ दिया।

एक अन्य रियासत के महाराजा रात में उठ कर, खुली आँखों से जागृत जैसी

स्थिति म शयनकक्ष मे सीढ़ियों द्वारा नीचे आ कर पोच में खड़ी अपनी कार में सवार हो कर उसे स्टार्ट करने, और कुछ देर घूम कर फिर वापस आ जाने और कार गैरेज कर के फिर शयन कक्ष में वापस आ कर सो जाते थे। सब कुछ अत्यन्त सजग अवस्था जसी सावधानी स होता। पर सुबह होते ही, उन्हें कुछ याद नहीं रहता था कि व किस समय कितनी देर के लिए और कहाँ गये थे।

दक्षिण भारत के एक गाँव में सुबह ही सुबह लोगो ने एक ब्राह्मण को ताड के पेड क शिखर से चिल्लाते सुना। जब उस नीचे उतारा गया तो उस ने एक अजीब कहानी सुनायी। रात में उस ने सपना देखा था कि एक सुन्दर युवती उस एक जगमगाते हुए महल में आन के लिए आमन्त्रित कर रही ह। वह बिना यह जान कि क्या कर रहा ह ताड क पेड पर चढ गया। ऊपर चढ़ जाने क बाद, उस का स्वप्न सचरण एकाएक समाप्त हो गया, और वह सुबह हाने तक जप पाठ करता रहा। अत मन का प्रेरणा ने उस स्वप्नावस्था में भी सक्रिय बना दिया था।

मध्य भारत के एक किसान को आदत थी रात का काम पूरा करन के बाद बड के एक पेड के नीचे कुछ देर आराम करने की। रात में भी वह प्राय सपने में चलता फिरता उस बड के पेड क नीचे आ कर सो जाता था। सुबह को उस आश्चय होता था कि वह घर में पलग पर न सो कर यहा दो मील दूर पेड क नीचे क्यों सो रहा ह! पर उसे एक दिन भी इस बात का पता न चला कि वह कब और कस पेड के नीचे पहुच जाता था।

लेकिन स्वप्न भ्रमण में सब स अधिक फासला तय करने का विश्व रकाड शायद उत्तर भारत के एक सज्जन ने स्थापित किया ह जो इस रहस्य से अज्ञात होते हुए कि वह कब उठ थे और उठ कर कहाँ चले जा रहे ह १६ मील का खतरनाक फासला बड आराम से तय कर लते थे। शायद उन का मुकाबला वह विदेशी स्वप्न चर ही कर सके जो सपना में जागृति अनुभव कर के, नाव खेत खेत तूफानी नदी पार कर लेते थे और सुबह को ताज्जुब करते थे कि उन्हें वहाँ कौन छोड गया!

प्रत्यक्षदर्शियो का कहना ह कि अनेक ऐसी माताए जिन की नींद चीखन चिल्लाने स भी भग नहीं होती अपन बच्चे के कुनमुनाने पर भी बिना जाग उस सहलान लगती ह। उन के अवचेतन मन की सवेदनशीलता विशेष रूप से बच्च का परेशान पा कर ही जागत हो पाती ह। यहा सवेदनशीलता सुषुप्ति में भी उन्हें सक्रिय बना देती ह। दक्षिण भारत की एक नववधू सपने की अवस्था में ससुराल से पीहर चली जाती थी।

मानसशास्त्रियों का कहना ह कि सपन में चलने फिरने का रोग सब स अधिक बच्चों में होता है। कारण बच्चों का केन्द्रीय स्नायुमण्डल अधिक विकसित नहीं होता। नींद में चलन वाल व्यक्ति की भाति निद्राचारी बच्चे भी जागन पर निद्राभ्रमण की गतिविधियों का कभी याद नहीं रखते। कभी कभी तो उस क कारण भीषण

दुघटनाएँ भी हो जाती हैं।

मद्रास में, कुछ समय पहले दस साल का एक लडका सुप्तावस्था में चलते चलते अपने घर की छत पर आ गया, और इस से पहले कि नीचे खड़े कुछ लोग उसे बचाने के लिए ऊपर भागें वह छत पर चलता चलता नीचे सडक पर जा गिरा।

ऐसी ही दुघटना लन्दन में, कई साल पहले हुई थी। उत्तरी लन्दन के एक फ्लैट में रहने वाला एक स्कूली छात्र, जिसे निद्राभ्रमण की शिकायत थी अपने सोने के कमरे से उठ कर देहली पर आ गया। इस से पहले कि उस का पिता जो सहसा जाग गया था उसे बचा सके वह देहली पार कर सीमेंट के अहाते में गिर पड़ा, और १४ घंटे बाद मर गया।

यह दो उदाहरण इस भ्रमजनक तक का खण्डन करते हैं कि स्वप्नचारियों के बार में चिंतित रहने की कोई आवश्यकता नहीं है। स्वप्नचारी जब बच्चा या महिला हो तो विशेष रूप से सतर्कता बरतनी चाहिए। डॉक्टरों का कहना है कि भले ही स्वप्नचारी प्रकट न करे, पर उसे चोट लगने पर उतना ही कष्ट होता है जितना स्वस्थ व्यक्ति को। ब्रिटेन का ग्यारह साल का एक स्वप्नचारी बालक अपने सोने के कमरे की खिड़की से १५ फुट नीचे गिर गया। यद्यपि गिर जाने के बाद भी कुछ घंटों तक वह नहीं जागा, पर अस्पताल में उस का इलाज करते समय पाया गया कि उस की चोट मामूली नहीं थी।

अमरीका के कैलीफोर्निया विश्वविद्यालय के दो प्रयोगकर्ताओं ने पिछले दिनों यह सिद्ध कर दिया कि 'स्वप्नचारी खामोश निद्रा के समय ही चलता है। वह उस समय नहीं चलता जब स्वप्नावस्था अपनी चरम सीमा पर होती है।' पर अन्य स्वप्न शास्त्रियों की भाँति उन्होंने भी यह स्वीकार किया है कि 'स्वप्नभ्रमण स्वप्न देखने का ही अत्यंत सक्रिय रूप है। इस स्वप्न में अवचेतन मन अर्द्धचेतन होता है और आँखें खुली हों या बन्द जाग्रत आँखों के समान ही काम करती हैं।''

सपनों में नयी भाषाएँ सीखिए

प्रगाढ़ निद्रा में आदमी चल फिर ही नहीं सकता नयी-नयी भाषाएँ भी सीख सकता है। लेकिन इस के लिए उसे बाहरी सहायता की आवश्यकता पड़ती है।

रूस में जहाँ सपनों द्वारा पढ़ाई के प्रयोग बड़े जोर शोर से चल रहे हैं एक महिला ने स्वप्नावस्था में ही कुल २८ दिनों में अंगरेजी बोलना सीख लिया। कीव विश्वविद्यालय में हुई एक परीक्षा से ज्ञात हुआ कि इस अवधि में उस ने जितनी अँगरेजी सीखी थी उतनी साधारण छात्र एक साल का कोर्स पूरा करने पर ही सीख पाता है।

चैकोस्लोवाकिया में अँगरेजी सिखाने के लिए रेडियो स्टेशन से एक विचित्र पाठ्य क्रम प्रसारित किया जाता है। ७००० छात्र-छात्राओं के घर तार द्वारा रेडियो स्टेशन से जुड़े हुए हैं। दस पाठों में विभाजित पाठ्यक्रम पाँच महीने तक सिखाया

जाता है। एक पाठ की अवधि बारह घंटे है—रात में आठ बजे से सुबह के आठ बजे तक। आठ बजे से ग्यारह बजे तक पाठ, बैठे हुए, खाना खाते हुए या आराम करते हुए सुनिए। कुछ भी कीजिए, पर बात यह है कि आप का ध्यान पाठ की ओर ही केन्द्रित होना चाहिए। ग्यारह के बाद आप को लोरी सुना कर सुला दिया जायगा। फिर पाठ को, दो बजे तक धीरे धीरे लोरी के स्वर में दोहराया जाता है। सोते रहिए पाठ दोहराते रहिए। दो बजे एक तेज आवाज आप को जगा देगी, और रेडियो-स्टेशन में बैठे अध्यापक महोदय संक्षेप में पाठ का सिंहावलोकन करेंगे। फिर पाँच बजे तक आप को तंग नहीं किया जायगा। हाँ, ठीक पाँच बजे तक आप को उठा कर फिर वही पाठ दोहरा कर आप की याददाश्त को ताजा किया जायगा। आप देखेंगे कि पाठ आप को बड़ी आसानी से, पूरी तरह याद हो गया है। अब अगला पाठ दो हफ्ते बाद सिखाया जायेगा। इस तरह पाँच ही महीने में सोते-सोते और सपन देखते-देखते आप उतनी अँगरेजी सीख लेंगे जिसे सीखने में साधारण छात्र को तीन साल लग जाते हैं। इसी प्रकार, अन्य भाषाएँ सिखाने की योजनाएं भी बन रही हैं।

'नींद में पढ़ाई' की इस विधि को 'हिप्नोपेडिया' कहते हैं। रूस, अमरीका तथा अन्य देशों में प्रयोगों से यह सिद्ध हो चुका है कि इस विधि से किसी भी व्यक्ति को नयी भाषा में पारंगत बनाया जा सकता है और उसे नयी नयी सूचनाएँ दी जा सकती हैं। इस विधि के एक विशेषज्ञ प्रोफेसर साइबाडौस का कहना है कि 'नींद में पढ़ना जाग्रतावस्था में पढ़ने से कहीं अधिक सुगम है। निद्रावस्था में हमारे मस्तिष्क का पाँचवाँ भाग ही सक्रिय रहता है। इस विधि से उसे अधिक सक्रिय बनाया जा सकता है। प्रो॰ साइबाडौश तीस वर्षों से इस विधि को ले कर प्रयोग करते चले आ रहे हैं। उन्होंने यह सिद्ध कर दिया है कि थक जाने पर सतर्क मस्तिष्क के कुछ भाग अपने आप 'बन्द' हो जाते हैं, और किसी भी नयी सूचना को ग्रहण करने से इनकार कर देते हैं। नींद में यह 'बन्द' भाग खुल कर नयी शक्ति और ताजगी प्राप्त करते हैं, और बाह्य मन के निष्क्रिय रहने पर भी नयी सूचना ग्रहण और संग्रहीत कर सकते हैं।

हिप्नोपेडिया पद्धति में या तो आत्म-सम्मोहन से काम लिया जाता है, या उस विधि से जिस से चेकोस्लोवाकिया में अँगरेजी पढ़ायी जाती है। इस विधि से विशेषज्ञ न केवल नयी भाषाएँ सिखा सकते हैं अपितु स्वरोच्चारण भी बदल सकते हैं। द॰ अमरीका के एक अभिनेता गायक रैमन विनाय ने इसी तरीके से अपना स्वरोच्चारण ठीक कर इटली की एक फिल्म में हीरो का रोल प्राप्त कर लिया था।

हालीवुड में शोरोवर नामक एक अमरीकी स्वप्न विशेषज्ञ 'हिप्नोपेडिया' की सहायता से नवोदित कलाकारों को अभिनय भी सिखाते हैं, और अभिनय कला की बारीकियाँ भी। कमजोर याददाश्त वाले कलाकारों को वह इस तरीके से डायलाग भी याद कराते हैं।

स्वप्नलोक

एक स्कूल के बीस छात्र-छात्राओं के दल की नाखून कुतरने की आदत छुड़ाने के लिए अमरीकी मानसशास्त्री डॉक्टर लारेंस लाशान उन्हें स्वप्नावस्था में हिप्नोपेडिया पद्धति से एक रेकार्ड सुनवाते थे, जिस में एक ही लाइन बार-बार दोहरायी जाती थी 'मेरे नाखून बहुत कड़वे हैं।' कुछ ही दिनों में सब की नाखून कुतरने की आदत छूट गयी।

इंगलैंड के नामी शिक्षा शास्त्री और भाषणकर्त्ता डॉक्टर पार्क्स कैडमैन, जिन्होंने अमरीका में भाषण दे कर बहुत पैसा और नाम कमाया, अपने भाषणों को प्रभावशाली और सारगर्भित बनाने के लिए नींद और सपनों पर निर्भर रहते थे। सोने से पहले वे अपने भाषण के विषय पर काफी सोचते थे। उन का चिंतन क्रमबद्ध न होने पर भी सदा पूर्ण होता था। सोते समय उन का अवचेतन विषय को अच्छी तरह सम्पादित कर उसे इस ढंग से क्रमबद्ध कर देता था कि अगले दिन धाराप्रवाह भाषण देने में उन्हें कोई कठिनाई नहीं होती थी।

'हिप्नोपेडिया' ने शिक्षाशास्त्रियों के सम्मुख एक नया और विस्तृत क्षेत्र खोल दिया है। इस क्षेत्र में बड़ी तेजी से शोधकार्य हो रहा है, और कौन जाने अगले पंद्रह बीस सालों में यह शिक्षा प्रणाली का एक अनिवार्य अंग ही बन जाये।

लेकिन, हाल ही में सोवियत अकादमी ऑफ मेडिकल साइंसेज के प्रोफेसर एम० सुमार-कोवा और ई० उशाकोवा जो विश्व स्वास्थ्य संघ (W H O) के सत्वावधान में 'हिप्नोपेडिया' विधि से रूस में छात्र-छात्राओं को विभिन्न भाषाएँ सिखाने के काम का निरीक्षण करते हैं, का कहना है कि इस विधि में कुछ खतरे भी हैं, जिन से सावधान रहना आवश्यक है। उन्होंने चेतावनी दी है कि अप्रशिक्षित प्रयोगकर्त्ता जाने-अनजाने गलत संदेश भेज कर छात्र-छात्राओं को गुमराह भी कर सकता है। ऐसा ही मत रूस के विख्यात स्वप्नशास्त्री पावलोव का भी है। असल में, नींद से पहले की अवस्था, जिसे 'हिप्नागोगिक' कहा जाता है, और जिस के बारे में वैज्ञानिकों को अभी तक अधिक ज्ञात नहीं है, में प्राप्त जानकारी पूरी तरह अवचेतन मन तक नहीं पहुँचती, और बीच में ही विकृत या कमजोर हो जाती है। "इसी लिए", उशाकोवा का कहना है 'जब तक वैज्ञानिक नींद की प्रत्येक अवस्था का सूक्ष्म और विस्तृत अध्ययन नहीं कर लेते, 'हिप्नोपेडिया' की उपयोगिता आंशिक ही रहेगी।"

खैर, वह आगे की बात है। आइए, अब देखें कि सपनों की अजीबोगरीब दुनिया में प्रवेश कर, अभी तक वैज्ञानिकों को क्या पता चल पाया है, तथा वे और क्या पता लगाने की कोशिश कर रहे हैं?

स्वप्न क्यों दिखाई देते हैं?

हमारे मस्तिष्क की तुलना एक ऐसे आश्चर्यजनक कम्प्यूटर से की जा सकती है, जो खरबों सूक्ष्म और स्थूल यादों को सुरक्षित रख सकता है। हम जो कुछ भी

देखते, सुनते, पढ़ते या अनुभव करते हैं, उस को याद हमारे मस्तिष्क में सुरक्षित रहती है। मामूली से मामूली बात को याद, किसी कारण से उत्तेजना पा कर, सपना के रूप में प्रत्यक्ष अथवा सांकेतिक रूप से व्यक्त होती है।

मस्तिष्क की इस पेचीदी प्रक्रिया को ब्रिटेन के एक मानसशास्त्री ने इन शब्दों में समझाने का प्रयत्न किया है 'हम दो स्तरों पर जीते हैं चेतन और अचेतन स्तरों पर। हमारा चेतन मन रोजमर्रा की घटनाओं का समझदारी से सामना कर हमारे जीवन को नियन्त्रित रखता है तथा उसे यथोचित ढंग से संचालित करता है। अचेतन मन का काम समस्त सूक्ष्म और अगूढ़ भावनाओं और घटनाओं को बिना किसी तर्क और लगाव के स्मृतिभण्डार में सुरक्षित रखना है। भय क्रोध प्रेम घृणा आदि नसर्गिक प्रवृत्तियाँ भी उस के जिम्मे हैं। अचेतन मन को यदि एक अश्व मान लिया जाये, तो चेतन मन को अश्वारोही माना जा सकता है। अश्वारोही सदा अश्व को अपने काबू में रखता है पर कभी कभी अपनी मूलप्रवृत्तियों के वश में आ कर अचेतन मन रूपी अश्व चेतन मन रूपी अश्वारोही को गिरा कर निर्द्वन्द्व भागने लगता है। पर ऐसा कभी कभी ही होता है नहीं तो यह अश्व सदा अश्वारोही के काबू में ही रहता है। स्वप्नावस्था में भी वह सेंसर के रूप में उपस्थित रहता है और सपनों पर निगाह रखता है। लेकिन स्वप्नावस्था में इस सेंसर की उपस्थिति के बावजूद अचेतन मन हमारी शंकाओं, समस्याओं आदि को प्रत्यक्ष अथवा अप्रत्यक्ष (प्रतीकात्मक) रूप से व्यक्त कर उन का हल खोजने का प्रयत्न करता है। प्रायः वह सपनों के प्रतीक उन्हीं प्रतीकों में से चुनता है जो हम जागृतावस्था में काम में लाते हैं यथा साँप शेर, भूत चुडैल आदि जो सपनों में भी आतंककारी वस्तुओं के रूप में सामने आते हैं।'

माय परसप्शन एण्ड कन्सप्शन ऑफ द वर्ल्ड' नामक रोचक पुस्तक की रूसी लेखिका ओ स्कोरोखादोवा ने, जो पाँच वर्ष की आयु में ही अन्धी बहरी और गूंगी हो गयी थी पर जिस ने इन अक्षमताओं के बावजूद डिग्री हासिल कर लेखन कार्य को अपनाया इस पुस्तक में युवावस्था में देखे गये अपने कई सपनों का वर्णन बड़ी बारीकी से किया है। एक स्वप्न का वर्णन उन्होंने इस प्रकार किया है

'इस सपने में मुझे लगा कि कोई पक्षी गा रहा है। पक्षी का स्वर और गायन इतना मधुर और हृदयस्पर्शी था कि मैं अपनी सुध-बुध भूल गयी। और जब मैं ने यह अनुमान लगाने की कोशिश की कि यह पक्षी कौन हो सकता है तो उत्तर तुरन्त सूझ गया—कोयल। अब सवाल यह है कि मुझे सपने में कोयल का ही स्वर क्यों सुनाई दिया, जब कि कोयल को मैं ने कभी देखा, सुना या छुआ तक न था? बहुत विचार करने पर मुझे इस प्रश्न का उत्तर यही सूझा कि कोयल का स्वर मुझे सपने में इसलिए सुनाई दिया था क्योंकि बचपन से मैं ने लोगों से यही सुना था, और यही

पढा भी था कि कोयल ही सब से अच्छा गाने वाला पक्षी है।"[1]

रूस की डॉक्टर ग्रिनयोवा ने प्रयोगो के बाद यह निर्धारित किया कि जन्म से अन्धे व्यक्तियों को सपनो में आकृति प्रतिबिम्ब नहीं दिखाई देते। ऐसे व्यक्ति सपनो में लोगो और स्थानों को उन की आवाज, गन्धो और आकारो से ही चीन्हते हैं। एक जन्मान्ध व्यक्ति ने डा० ग्रिनयोवा को बताया—"मैं ने सपनों में अपनी माँ को उस की आवाज से पहचाना।"[2]

तीन आधुनिक दिग्गज स्वप्नशास्त्री

आधुनिक स्वप्नशास्त्र को जिन तीन दिग्गज स्वप्नशास्त्रियों ने अपनी मौलिक शोधो और मान्यताओ से सम्पन्न कर नये आयाम प्रदान किये है, उन के नाम हैं—फ्रायड एडलर और युग।

आज से दो हजार साल पहले ल्यूक्रेतिस (९८५५ ई० पू०) ने लिखा था, 'सपनों का सम्बन्ध दैहिक आवश्यकताओ और दैनिक कार्य कलापो और अभिरुचियो से होता है।' इस कथन की पुष्टि करते हुए उसे वैज्ञानिक दर्जा प्रदान किया, आधुनिक स्वप्नभाष्यविज्ञान के जन्मदाता डॉ० सिगमड ने। फ्रॉयड की पुस्तक Interpretation of Dreams ने नवम्बर, १९३९ मे प्रकाशित होते ही विज्ञान जगत में क्रान्ति मचा दी थी। इस पुस्तक ने पहली बार वैज्ञानिको को सपनो के महत्त्व से अवगत कराया, और यह भी बताया कि उन की वैज्ञानिक ढंग से व्याख्या की जा सकती है।

अपनी इस पुस्तक में फ्रॉयड ने इस बात पर बहुत जोर दिया है कि सपनों का उद्देश्य हमारी अधूरी और अतृप्त यौन इच्छाओ की पूर्ति करना है। अर्थात सपनो में हम अपनी दमित यौन इच्छाओं की पूर्ति करते हैं। फ्रॉयड के अनुसार इन इच्छाओ की पूर्ति सपनों में इस कारण होती है कि दिन में उन्हें "सेंसर" करने वाला अवचेतन मन रात में आधा सोया रहता है।[3]

पर कुछ लोग फ्रायड को स्वप्नसम्बन्धी इस सिद्धान्त का जन्मदाता नहीं मानते। उन का कहना है कि १८९० में डॉक्टर डिलाज ने सपनों के सम्बन्ध में ऐसे ही सिद्धान्त का प्रतिपादन किया था।

लेकिन इस सिद्धान्त से मिलते-जुलते सिद्धान्त का प्रतिपादन डा० डिलाज से पहले भी अनेक व्यक्ति कर चुके थे। १८९७ में मार्गी वोल्ड ने कहा था कि जो व्यक्ति अपने को सपने में उड़ता देखता है वह वास्तव में अपनी किसी अपूर्ण इच्छा को पूरा करना चाहता है। १८६१ मे डा० वाल स्कॅनर ने सपनो के प्रतीकवाद पर जोर

---

१ Sleep Hypnosis Dreams—by L Rokhlin (Foreign Languages Publishing House Moscow)

२ Ibid

३ The Interpretation of Dreams—Sigmud Freud Modern Library

दिया था। ईसा से ४२७ वर्ष पूर्व, प्लेटो ने लिखा था, 'सपने युक्तिशून्य इच्छाओं की अभिव्यक्ति करते हैं।" अमरीका के आदिवासी रेड इंडियन भी सपनों को तर्कहीन इच्छाओं का भण्डार मानते थे।

पर, सपनों सम्बन्धी अपने सिद्धांत को इतने जोरदार ढंग से किसी ने प्रस्तुत नहीं किया, जितना फ्रॉयड ने।

फ्रॉयड स्वयं मानते थे कि उन का सिद्धांत और सपनों की व्याख्या करने की प्रणाली एकदम त्रुटिहीन नहीं है। अपनी पुस्तक में एक स्थल में उन्होंने कहा है, 'मैं यह नहीं कहना चाहता कि मैं ने सपनों के रहस्यों और अर्थों को पूरी तरह समझ लिया है। मेरी व्याख्याएं त्रुटिपूर्ण भी हो सकती हैं।"[1]

फ्रायड की अनेक मान्यताओं का खण्डन एडलर और जुंग ने किया। एडलर की मान्यता है कि सपने हमारी महत्त्वाकांक्षाओं को साकार करते हैं।[2] एडलर ने फ्रायड को सपनों की व्याख्या करने या प्रयास करने का श्रेय तो दिया, पर वे उन का इस बात से सहमत नहीं कि सपनों के माध्यम से हम अपने जीवन की अतृप्त यौन भावनाओं की पूर्ति करते हैं। उन की यह मान्यता अधूरी और गलत साबित हो चुकी है।

जुंग की स्वप्नसम्बन्धी मान्यताएं फ्रॉयड की मान्यताओं की तुलना में अधिक युक्तियुक्त प्रतीत होती हैं, कारण उन की मान्यताओं में विज्ञान और धर्म का, मानव और प्रकृति का, भूत और वर्तमान का तर्कसंगत समन्वय है। उन्होंने आदमी के व्यक्तित्व की दो प्रवृत्तियों—अन्तर्मुखी और बहिर्मुखी—का आविष्कार किया। उन के लेखे आदमी अपने औचित्य को सिद्ध करने या अपनी इच्छापूर्ति के लिए जन्मा है, वह अपने पूर्ण 'स्व' को खोजने में लगा है। वे यह भी मानते थे कि प्रत्येक व्यक्ति का अवचेतन मन सार्वलौकिक अवचेतन का ही एक अंश है। इसी लिए, दूसरों का कष्ट हमारा अपना कष्ट बन जाता है।

जुंग के अनुसार सपनों में हमारे अन्तर में स्थित यह सार्वलौकिक अवचेतन, जिसे 'अति स्व' कहा जाता है, हमारे अवचेतन मन—या सक्रिय 'स्व' का मार्गप्रदर्शन करता है। इसीलिए वे इस निष्कर्ष पर पहुंचे थे कि सपनों की सही व्याख्या भले ही सम्भव न हो, पर हम उन के माध्यम से अपनी समस्याओं को सही ढंग से समझ अवश्य सकते हैं। ऐसे चिन्तन से हमारी चेतना व्यापक बनती है और हमारा व्यक्तित्व अधिक सन्तुलित और शांत।[3]

सपनों के सम्बन्ध में एक नया सिद्धांत, जो इन तीन दिग्गजों के स्वप्नसम्बन्धी सिद्धान्तों के समान अधिक ज्ञात नहीं है, अमरीकी विचारक थामस पेन ने भी प्रस्तुत

१ Ibid
२ Individual Psychology—by A Adler (Littlefield Adams & Co)
३ The Undiscovered Self—Doubleday

किया था। पेन का कहना था कि मन की तीन क्षमताएँ होती हैं कल्पना, स्मृति और गुण दोष विवेचन। ये तीनों क्षमताएँ जागृतावस्था में सक्रिय होती हैं, पर निद्रावस्था में शिथिल हो जाती हैं। उन का विश्वास था कि ये क्षमताएँ जितनी अधिक सक्रिय होंगी, हमारे सपने उतने ही विवेकपूर्ण होंगे, और जितनी अधिक शिथिल होंगी, उतने ही वे तर्कशून्य होंगे। सपने साकार होते हैं, क्योंकि हमारी कल्पनाशक्ति चौबीसों घंटे सक्रिय रहती है। गुणदोषविवेचन की क्षमता कभी कभी नींद में सो जाती है, और स्मृति आवश्यकता पड़ने पर ही सक्रिय होती है।

पेन, जिन्होंने ऐतिहासिक "अमरीकी स्वप्न" (अमरीकी आदर्श जिस की प्राप्ति ने अमरीका को महान् बनाया) की स्थापना में महत्त्वपूर्ण सहयोग दिया, सपनों को निर्भरणीय नहीं मानते थे। ना ही वे उन का सम्बन्ध धर्म से जोड़ते थे। १८११ में उन की एक साहसिक कृति "बाइबिल में स्वप्न" छपी, जो छपते ही जब्त कर ली गयी।

सपने—धर्मों की उत्पत्ति के मूल में

स्वप्नशास्त्री जुंग के अनुसार सपनों और धर्म में गहरा सम्बन्ध है। 'धर्म और सपने' दोनों ही समान प्रतीकों का सहारा लेते हैं। धर्म के माध्यम से आदमी ने भगवान् का जो सारी मानव-जाति का 'पिता' और 'संरक्षक' था, आविष्कार किया। आदमी ही भगवान् की कल्पना कर सकता था। और यह कल्पना उसे मिली अपने सपनों में, जहाँ उस ने अपने से अधिक बलशाली और महत्त्वपूर्ण साकार शक्ति को देखा[1]।"

वास्तव में विश्व में पहले धर्म की उत्पत्ति तभी हुई होगी, जब आदमी के आतुर और भयभीत मन ने जीवन की समस्या का हल जानने का प्रयत्न किया होगा। इस प्रयत्न का उत्तर उसे मिला सपनों में, जहाँ उस ने अपने पुरखों को 'जीवित' देख कर अपने को 'अमर' माना। आदमी ने जाना कि यद्यपि वह जीवन की एक तुच्छ और अस्थायी इकाई है, फिर भी जीवन का सब सिवाय उस के और कुछ नहीं है। इसी अनुभूति ने उसे रहस्यवाद की ओर प्रवृत्त किया।

रहस्यवाद और धर्म दोनों ही आदमी से प्रतीकों की भाषा में बोलते हैं। यही भाषा सपनों की भी है। 'साइंस और सैनिटी' में कोरज़ेवस्की ने ठीक ही कहा है "मनुष्य की प्रगति का आधार है—प्रतीक[2]।" फ्रेजर ने 'द गोल्डन बो'[3] में इसी बात की पुष्टि करते हुए कहा है, "प्रतीकों से हमें जीवन को समझने और उस के साथ अपने सम्बन्ध को जानने में सहायता मिलती है। प्रतीकों के बिना सृष्टि के साथ हमारा कोई

---

१ Ibid

२ Science and Sanity—by A Korzybski

३ The Golden Bough—by Frazer (Macmillan)

भी सम्ब-ध या यवहार असम्भव ह । कारण, अनात को हम नात द्वारा ही जान और अभि यक्त कर सकते ह । और ऐसी अभि यक्ति का सु दरतम रूप ह—सपने ।

सपनो के राजपथ पर मानव के सफलता के चरण

आदमी को निरपेक्ष रूप से सोचना सपना ने ही सिखाया । आदमी ने जाना कि निर्विकार सपने मन की गहराइया में चल रहे अधेरी और अनात क्रियाआ को ही प्रतिविम्बित नही करते अपनी निराली सृजन प्रक्रिया स चेतन और अवचेतन मन की विलुप्त कडियो को उजागर भी करत ह । अ त सृष्टि विषयक होते हुए भी वे हमारे वाह्य-जीवन के कायकलापो को काफी यापक रूप से और गहराई से प्रभावित करते ह ।

आदमी के पहले गीत चित्र और धुन की रूपरेखा भी पहले सपनो में ही बनी । प्रकृति को ललकारने और उस पर विजय पान की कल्पना सपना ने ही उस की अ त सृष्टि में साकार की । विश्व के रगमच पर आदमी न आज तक जो जो नाटक खेले ह उन सब की रिहसल उस ने स्वप्नजगत में कर ली थी । जसा कि आग्ल कवि स्विनबन ने कहा ह

"Life is a watch or a vision
Between a sleep and a sleep"

(जीवन एक नीद और दूसरी नीद के बीच देखा गया एक स्वप्न ही ह)[१]

आधुनिक काल में भी जो आश्चयजनक और शानदार प्रगतियाँ हुई ह उन के मूल में भी सपने ही ह । अ तरिक्ष यानो का सफल विकास इस सदी की महान उपलब्धियो में से ह । 'यूयाक जनल अमरीकन' के ११ जून १९६२ के अक में प्रकाशित एक लेख के लेखक वव न कहा ह अ तरिक्ष यानों का इतिहास सफलताओ और असफलताओ के एक लम्बे क्रम का इतिहास ह । पर इन सफलताआ और असफलताओ क लिए जिम्मेवार सब यक्तियो में एक समान गुण था सब न किसी न किसी प्रकार के अ तरिक्ष यान क निर्माण का सपना देखा था ।

रूस क दो विख्यात स्वप्न-शास्त्री डीकनोव और पावलोव इस सम्ब ध में एक मत ह कि स्वप्न जीवन के पहले क्षण से ले कर अब तक मस्तिष्क द्वारा ग्रहण किये गये प्रभावा सवग्नों आवगा और प्रेरणाआ का एक असाधारण सयोजन ह जो सवथा अप्रत्याशित ढग से सम्मिश्रित हाता ह[२] ।' फ्रायड न इसी बात का इन न श में कहा ह सपनों में शिशुकाल तक की और भूली हुई घटनाआ को पुनर्जीवित करने की अद्भुत शक्ति होती ह[३] । हवलाक एलिस तो यहाँ तक कहते ह कि— सपना को

१ Charles Swinburne—Modern Library
२ Sleep Hypnosis Dreams—by L. Rokhlin (Foreign Language Pub House Moscow)
३ The Interpretation of Dreams—Modern Library

दुनिया असीमित भावनाओं और अपण विचारों की एक ऐसा आदिम दुनिया ह, जिस के अध्ययन से हमें मानव के मानसिक जीवन की मूल अवस्थाओं तक का पता चल सकता ह[1]।'

फ्रायड ने कहा था कि ' सपना का राजपथ हमें अवचेतन के प्रहेलिकामय राज्य तक पहुँचाता ह[2]।" पर, जब तक वैज्ञानिकों ने सपनों का वैज्ञानिक अध्ययन आरम्भ नहीं किया था तब तक इस राजपथ पर की गयी यात्राएँ मनोवैज्ञानिकों का ही दिलचस्पी का विषय थीं, और वैज्ञानिक उन के निष्कर्षों को पूर्णतया विश्वसनीय नहीं मानते थे। लेकिन, जब वैज्ञानिकों ने प्रयोगशालाओं में सपनों का वैज्ञानिक अध्ययन आरम्भ किया तब इस क्षेत्र में एक मूक क्रांति हुई, और अब तो आप एक दशक की हसियत से प्रयोगशाला में यह भी देख सकते ह कि आप के सामने सोये हुए व्यक्ति ने कब स्वप्न देखना आरम्भ किया, वह किस प्रकार के स्वप्न देख रहा ह आदि।

सपना के वैज्ञानिक अध्ययन का आविष्कार एक आकस्मिक घटना थी। क्रियाशील निद्रा (रम निद्रा) का अध्ययन करते समय वैज्ञानिकों ने देखा कि ऐसी नींद के दौरान आँखें बडी तेजी से और नाटकों के साथ हरकत करती हैं और यह हरकतें कभी-कभी एक घंटे तक चलती ह। इन हरकतों के दौरान श्वास क्रिया भी तेज हो जाती ह। काफी दिनों तक प्रयोग करने के बाद अमरीकी वैज्ञानिक डीमेंट और क्लाटमन आँखों की इन हरकतों और सपनों का सम्बन्ध निर्धारित करने में सफल हो गये। एक अन्य विख्यात स्वप्न-वैज्ञानिक डॉक्टर वथ के शब्दों में—' मानस शास्त्रियों की मौलिक दुनिया में ई० ई० जी० यन्त्रों, एलक्ट्रोडों और मस्तिष्कफलक एलक्ट्रॉनिक यन्त्रों की मदद से शरीरशास्त्रियों ने धावा बोल दिया।'

सपने-वैज्ञानिकों की दृष्टि से

तब से अब तक सपना का वैज्ञानिक अध्ययन कर के जो कुछ मालूम किया है उस का सार यहाँ प्रस्तुत है

★ स्वप्नशास्त्रियों ने सपना को दो भागों में बाटा ह—सक्रिय सपने और निष्क्रिय सपने। सक्रिय सपनों में हम अपने का भी कुछ करता पाते हैं। निष्क्रिय सपनों म हमारी स्थिति एक दशक जसी होती ह। नये-नये विचार हमें एसे सपनों से ही प्राप्त होते ह।

★ हम तीन सप्ताह की आयु से सपने देखना आरम्भ कर देते हैं। चार वर्ष की आयु से सपना की सख्या में वृद्धि होने लगती ह। युवावस्था म, जब हम मानसिक रूप से अधिक सक्रिय होते ह, और हमें सपनों की युक्तिपूर्ण सलाह की जरूरत सब से अधिक होती ह हम सब से अधिक सपने देखते ह।

---

१ The World of Dreams by Henri Bergson Philosophical Library
२ The Interpretation of Dreams Modern Library

* सोने के बाद पहला सपना प्राय एक-सवा घंटे बाद दिखाई देता ह, और १० मिनट से आधा घंटे तक चलता है। वैसे कुछ लोग एक ही सपना लगातार दो घंटे तक देखते भी पाये गये हैं। उस के बाद सपने डेढ़ घंटे के अंतर-क्रम से दिखाई पड़ते ह। सपनों की यह औसत गणी है। व्यक्ति विशेष के मामले में इस औसत में सामान्य या असामान्य अंतर भी हो सकता है।

* सपने प्रत्येक व्यक्ति को हर रात दिखाई देते हैं यह बात अलग है कि वे उसे याद रहें अथवा नहीं। जब तक विशेष बात न हो, सपने याद नहीं रहते।

* सपने देखने में हलकी सी शक्ति जरूर खर्च होती ह पर उस के एवज में प्राप्त लाभ कहीं अधिक होता है कारण सपनों के जरिये हम अवचेतन के अनेक तनावों से मुक्ति पा जाते हैं और सुबह उठ कर स्वस्थ और तरोताजा अनुभव करते ह।

* स्वप्न शास्त्री क्लीटमन के सहायक एसेरिन्सकी की वैज्ञानिक शोधों से पता चला ह कि स्वप्नों की तीव्रता और समाधान के अनुपात में आँखों की पुतलियाँ भी घूमती रहती ह। ऐसा घंटा तक हो सकता है—देर तक चलने वाले सपनों के बारे में—और एक रात में पांच छह बार भी।

* स्वप्न देखते समय अल्फा तरंगें चलना आरम्भ कर देती हैं। ये वही तरंगें ह जो जागृत या अर्द्धजागृतावस्था में भी चलती दिखाई देती हैं। इस से यह वैज्ञानिक निष्कर्ष निकलता ह कि स्वप्न देखते समय हम पूर्ण निद्रा म नहीं होते, कारण मध्यम और गहरी नींद में अल्फा तरंगें एकदम गायब हो जाती ह।

* सपने मानसिक क्लेशों के कारण आ सकते हैं पर ये क्लेश उन का मूल कारण नहीं ह। स्वप्न नींद और जीवन का एक प्राकृतिक अंग ह। सपने देखना स्वास्थ्यदायक ह कारण सपने न दिखाई दें तो हम अवचेतन के असहनीय दबावों और तनावों से दब कर पागल हो जायें।

* हर रात हमें औसतन पांच छह सपने दिखाई देते ह। सपनों म हमारी सहभागिता अकसर तीसरे सपने में सब से अधिक होती ह।

* यह धारणा गलत ह कि सपने में सब घटनाएं एक कौंध के साथ घटती हैं। सपने म किसी घटना या दृश्य का प्रदर्शन संक्षेप में या थोड़े समय के लिए ही नहीं होता, कभी कभी तो उस में उतना ही समय लगता ह जितना वास्तविक घटना के दौरान लगता ह।

* सपने देखते समय हम करवट कभी नहीं बदलते और हमारे अवयव साधारणत निश्चल ही होते ह।

* यह धारणा भी गलत ह कि स्त्रियां पुरुषों की अपेक्षा अधिक स्वप्न देखती ह। वैसे कल्पनाशील और अतिव्यस्त व्यक्तियों को साधारण व्यक्तियों की अपेक्षा ज्यादा सपने दिखाई देते ह।

* सपने देखते समय आंखों की पुतलियों की हरकत वैसी ही होती है, जैसी कोई फ़िल्म देखते समय। सपने में दिखाई देने वाले दृश्य को देखते-देखते हम बड़बड़ा भी सकते हैं (कभी-कभी तो एक दो मिनट तक भी), मुसकरा सकते हैं, और हमारी भौंहों पर सल्वटें भी पड़ सकती हैं। यह सपने में दिखाई देने वाले दृश्य और हमारे मूड पर निर्भर करता है।

* सपनों में हमें सिर्फ़ 'दिखाई' ही नहीं देता 'सुनाई' भी देता है। दरवाज़े की घंटी की आवाज़ टेलीफोन की घंटी की भांति सुनाई दे सकती है।

* कुछ लोगों को 'टैक्नीकलर' (इंद्रधनुषी) सपने भी दिखाई पड़ते हैं।

* सोने से पहले ज़रूरत से ज़्यादा खा लेने पर स्वप्न—और खास तौर पर दुःस्वप्न—अधिक दिखाई पड़ते हैं। कारण ऐसी अवस्था में आमाशय और मस्तिष्क, अधिक रक्त प्रवाह के कारण अत्यधिक उत्तेजित हो जाते हैं, और यह उत्तेजना स्वप्नों के रूप में व्यक्त होती है।

* वैज्ञानिक रूप से यह सच है कि एक ही समाज और जाति के व्यक्तियों को दिखाई देने वाले सपनों का ढांचा और दायरा लगभग एक सा ही होता है। मिसाल के तौर पर समुद्र-तट पर स्थित एक गांव के निवासियों को सपनों में अधिकतर नारियल के पेड़ों से नारियल ही गिरते दिखाई दिये, जब कि दूसरे गांव के निवासियों को ऐसा बिलकुल नहीं दिखाई दिया।

* हमारी नींद का लगभग पांचवा या चौथाई भाग सपने देखने में व्यतीत होता है। कुछ लोग इस से कम या इस से अधिक समय तक भी स्वप्न देख सकते हैं।

* हमारे मस्तिष्क में एक केन्द्र ऐसा है, जो सोचने और याद रखने का काम करता है। यह स्वप्नावस्था में अपनी गतिशीलता कम कर के आराम करता है, पर इस के कुछ स्नायु संकटकालीन समाचार प्राप्त करने के लिए तब भी सजग रहते हैं। टेलीविजन की भांति काम करने वाले इस केन्द्र की सतर्कता से ही हम, संकट उपस्थित होने पर, सोते और सपने देखते समय भी जाग जाते हैं।

* हमारे चेतन मन का 'सेंसर' सपनों में भी जागता रहता है और वह आत्मरक्षा की नैसर्गिक प्रवृत्ति के कारण कभी कभी नहीं चाहता कि पिछली रात को देखे गये कुछ अप्रिय या भ्रमकारी सपने हमें याद रहें। इसी कारण हम अधिकांश सपने भूल जाते हैं कारण अधिकांश सपने ऐसे ही होते हैं, जो हमारे चेतन मन को या अप्रिय भ्रमकारी प्रतीत होते हैं। इसी 'सेंसर' को भ्रम में डालने के लिए कभी-कभी हमारा अवचेतन, हमारी दमित इच्छाओं और आकांक्षाओं को प्रतीकात्मक सपनों के रूप में अभिव्यक्त करता है।

* आधुनिक स्वप्नशास्त्री हैवलाक एलिस के इस कथन से सहमत हैं कि "स्वप्न ऐसी प्रक्रिया है, जिस के द्वारा हमारे विचारों में सगतता आती है।" इसी कारण, निपट पागल सपने नहीं देख पाता, क्योंकि उस में सोचने की शक्ति नहीं होती।

इस के विपरीत अर्द्धविक्षिप्त व्यक्ति साधारण व्यक्ति से अधिक सपने देखता है।

* सपने अन्धे व्यक्तियों को भी दिखाई देते हैं, पर उन के सपनों में दृश्यों का अंश कम होता है ध्वनियों का अंश अधिक। यूँ भी, सामान्य सपनों में दृश्यों का अनुपात ६० प्रतिशत के करीब होता है और शेष समय हम सपनों के दृश्यों को सुनने और सूंघने आदि में व्यतीत करते हैं। पर जन्मान्ध व्यक्ति को दृश्यविहीन सपने ही दिखाई देते हैं।

* सपनों में काल की जो अभिव्यक्ति दिखाई देती है वह यथार्थपूर्ण हो भी सकती है, और नहीं भी हो सकती। सपने के क्षण की अवधि भले ही हमें क्षणिक लगे पर वास्तविकता यह है कि सपने में किसी कार्य को पूरा होने में उतना ही समय लगता है जितना उसे याद करने में लगता है।

बने काल और क्रिया की इसी शीघ्रलिपि से सपने कभी कभी अपनी प्रतीक भाषा में सारे विगत जीवन का समीक्षात्मक अवलोकन क्षण भर में भी कर लेते हैं। यह कथन कि डूबता हुआ आदमी डूबने से पहले, क्षण भर में अपने समूचे जीवन पर दृष्टिपात कर लेता है एकदम सच है।

* स्वप्नरहित नींद के बाद हम काफी बेचैन रहते हैं और पहले से अधिक नींद की आवश्यकता अनुभव करते हैं।

* आधुनिक स्वप्नशास्त्री हेवलाक एलिस के इस कथन से पूरी तरह सहमत हैं कि यदि हमारे सपने हम से कहीं अधिक अनैतिक प्रतीत होते हैं तो उन्हें हमारे स्वभाव का द्योतक नहीं समझा जाना चाहिए।[1]

* यदि हमें किसी सपने के बीच जगा दिया जाए तो हमारा अवचेतन अगली नींद के दौरान सब से पहले अपने अधूरे सपने को ही पूरा करेगा। कारण? जिस समस्या का निदान हम इस सपने के माध्यम से खोज रहे थे उस के पूरा होने तक हमारे अवचेतन को चैन नहीं मिलेगा।

* काफी शोधों के बावजूद दुनिया भर के स्वप्नशास्त्री अभी तक यह जानने में असमर्थ हैं कि कभी कभी हजारों मील की दूरी पर घटती हुई कोई घटना ठीक उसी समय अन्य देश के एक व्यक्ति को सपने में हूबहू वैसे दिखाई दे जाती है सपने में ऐसी किसी घटना का आभास किस प्रकार मिल जाता है, जिस का हम से कोई सम्बन्ध नहीं होता और जो या तो घट चुकी है या आगे चल कर घटने वाली हो आदि-आदि।

* क्या दो व्यक्तियों को दिखाई पड़ने वाला एक ही सपना दोनों के लिए अलग अलग अर्थ रखता है?

चौथी सदी में सिनसियस नामक पादरी ने जो प्लेटो के शिष्य थे कहा था कि दो व्यक्तियों को दिखाई पड़ने वाला एक ही सपना दोनों के लिए अलग अलग अर्थ रखता है।

---

1 'वर्ड ऑफ ड्रीम्स'—हैवलाक एलिस

आधुनिक काल में इस दिशा में जो शोध कार्य हुआ है, उस से भी यदि सिद्ध होता है कि एक ही सपना, यदि दो व्यक्तियों को दिखाई दे, तो उस के अर्थ अलग अलग होंगे।

जब हम परेशान होते हैं, तब हमें सपने भी कष्टदायक दिखाई देते हैं। तब सपने हमें हमारी परेशानी से मुक्त होने का मार्ग दिखाने का प्रयत्न करते हैं।

हमारा अवचेतन मन असंख्य पुरानी यादों और अनुभूतियों के आधार पर, एक 'हल', जो हमारे विवेक को मान्य हो सके, ढूँढ निकालता है, और प्रतीकों द्वारा सपना में हमें पेश करता है। इस प्रक्रिया में अवचेतन को काल के बंधन में नहीं बँधना पड़ता।

स्वप्नों की व्याख्या

हमारे पुरखे स्वप्नों के बारे में वैज्ञानिक प्रयोग भले ही न कर पाये हों, पर अपनी अन्तर्मुखी दृष्टि और विवेचन शक्ति के सहारे स्वप्नों की व्याख्या अवश्य कर लेते थे। उन की अनेक व्याख्याएँ, जिन का उल्लेख हम पीछे कर आये हैं, आज के स्वप्न-विशेषज्ञों को भी मान्य हैं और मनोवैज्ञानिक कसौटी पर खरी उतरती हैं।

कुछ लोग मनमाने ढंग से स्वप्नों की व्याख्या कर लोगों को ठग भले ही लें, पर स्वप्नशास्त्रियों के लिए स्वप्नों की व्याख्या हमारी उन दमित और अव्यक्त इच्छाओं और आकांक्षाओं को जानने की कोशिश है, जिन का सीधा सम्बन्ध हमारे स्नायुविकारों से है। इस प्रकार, कुशल मनोविज्ञानवेत्ता द्वारा की गयी हमारे सपनों की व्याख्या हमारे मनस्तापों और स्नायु व्यतिक्रमों का हल भी प्रस्तुत कर सकती है।

स्वप्न-व्याख्या की अपनी विश्व विख्यात पुस्तक 'द इंटरप्रेटेशन ऑफ़ ड्रीम्स' में स्वप्नों की व्याख्या को वैज्ञानिक दर्जा प्रदान करने वाले स्वप्नशास्त्री फ्रॉयड का कहना है कि "सपनों को याद कर, तथा उन में उजागर हुए तत्वों के प्रकाश में उत्तेजना-प्रवण व्यक्ति कुशल मनोवैज्ञानिक की सहायता से अपनी नाड़ी चिकित्सा स्वयं कर सकता है, कारण स्वप्न उसे स्नायु विकारों का मूल कारण जानने में सहायता प्रदान कर सकते हैं। हमारा चेतन भले ही प्रतिवाद करता रहे पर सपने सदा हमारे मनोव्यापार और आंतरिक जीवन का सच्चा चित्र प्रस्तुत करते हैं। सपनों में अभिव्यक्त मानस क्रिया अस्वरी और अनच्छिन्न तो होती ही है, उस पर हमारे सचेतन दृष्टिकोण का भी कोई प्रभाव नहीं होता। सपने न हमारे विचारों की कद्र करते हैं, न हमारे तर्क वितर्कों की, और न प्रिय कल्पनाओं की। वे तो वस्तुस्थिति का एकदम सही चित्रण करते हैं।" जुंग ने भी अपने अनुभवों के आधार पर कहा है कि "सपने हमारी धारणाओं और अपेक्षाओं से अधिक जानकारी प्रदान करते हैं, और शारीरिक तथा मानसिक रोगों का अचूक निदान भी।"[1]

---

1 The Undiscoverd Self—Doubleday

इस बारे में तो सभी स्वप्नशास्त्री एकमत हैं कि सपने मनुष्य की दमित इच्छाओं को व्यक्त करते हैं, पर फ्रायड यह मानते थे कि ऐसी इच्छाएँ सदैव प्रेरित ही होती हैं, और स्वप्नों के प्राय सभी प्रतीक किसी न किसी रूप में मनुष्य की नग्न सेक्स भावना को ही व्यक्त करते हैं। परन्तु उन के बाद आने वाले स्वप्नशास्त्रियों ने उन की इस मान्यता को गलत सिद्ध कर दिया है। वे स्वप्नों की व्याख्या करते समय उसे पूर्व निश्चित ढाँचों में नहीं ढालते या बाँधते बल्कि यह मानते हैं कि अवचेतना की विराटता को ध्यान में रखते हुए स्वप्न व्याख्या का काम अत्यन्त जटिल और दुरूह है और प्रत्येक स्वप्न की नाप जोख स्वतन्त्र रूप से और व्यापकता के साथ होना आवश्यक है।

सपनों की निराली भाषा

एक आधुनिक मनोवैज्ञानिक का यह कथन कितना सच है कि—"सपनों की भी अपनी एक भाषा है, जिसे उस का ज्ञाता ही सही ढंग से पढ़ सकता है। सपनों की भाषा पढ़ते समय, और उन के अर्थ समझते समय सब सिद्धान्तों को ताक में रख देना चाहिए। जिस स्वप्न की व्याख्या न हो सके, उसे ऐसा स्वप्न मानिए जिस की व्याख्या ठीक ढंग से नहीं हो पायी है।'

स्वप्न सिद्धान्तों में पिछले दो-तीन दशकों में इतने अधिक परिवर्तन हुए हैं और निरन्तर होते जा रहे हैं कि एक मानसशास्त्री ने हाल में कहा था 'स्वप्न व्याख्या के अविश्वसनीय क्षेत्र में सिवाय अनिश्चितता के कुछ और निश्चित नहीं है।"

किसी अकेले और अज्ञात स्वप्न की सही व्याख्या करने की कोशिश को दुस्साहस ही कहा जायेगा। इस लिए बाजार में बिकने वाले स्वप्न ग्रन्थों में वर्णित स्वप्न व्याख्याओं के आधार पर ही अपने सपनों की व्याख्या कभी मत कीजिए, कारण इस से आप गलत निष्कर्षों पर पहुँच सकते हैं। जब सपनों में अपने को मृत देखने की एक ही व्याख्या सभी व्यक्तियों पर समान रूप से कभी भी लागू नहीं हो सकती। योग्य मानसशास्त्री एक स्वप्न की व्याख्या करते समय व्यक्ति के स्वभाव, आदतों, आकांक्षाओं आदि का पूरा अध्ययन करता है तथा उस सपने के अलावा उस व्यक्ति के अन्य सपनों को समझने की कोशिश भी करता है। तभी वह स्वप्न प्रतीक के सच्चे अर्थ समझ पाता है।

कुशल मानसशास्त्री प्रत्येक स्वप्न को उतनी ही गम्भीरता से लेता है जितना वास्तव में उसे किसी घटना को। सपनों की सही व्याख्या हमारे अचेतन दृष्टिकोण को सही दिशा प्रदान करने में बहुत अधिक सहायक हो सकती है। प्रत्येक स्वप्न हमें नयी जानकारी ही नहीं प्रदान करता एक ऐसा साधन भी प्रदान करता है जिस की मदद से हम अपने नये व्यक्तित्व का निर्माण कर सकते हैं। इस प्रकार, सपनों की व्याख्या महज एक खिलवाड़ नहीं है एक गम्भीर काम है। इस बारे में विस्तृत और

सोदाहरण चर्चा, पुस्तक के अन्तिम खण्ड में की गयी है।

स्वर्ग के सुख-वैभव के बीच भी आदमी को उदास देख कर भगवान् ने उस से बडी स्नेहिल वाणी में पूछा—"क्या उदास हो पुत्र ? तुम्हें यहाँ किस वस्तु का अभाव है ?" आदमी ने कहा—' मैं पृथ्वी पर अपनी एक ऐसी निधि भूल आया हूँ जिस के सामने स्वर्ग का सारा वैभव भी व्यर्थ है।" भगवान् के पूछने पर उस ने उत्तर दिया—"वह निधि है वे सपने जो मैं ने पृथ्वी पर एकान्त में सजोये थे।" भगवान के पास इस का कोई उत्तर न था।

तो इतने प्रिय है, सपने आदमी को ! और, यही सपने जब इच्छानुसार साकार हो जायें तब तब आदमी निराशा के गर्त में भी डूब सकता है और सफलता की ऊँची से ऊँची सीढियों पर भी चढ सकता है।

आइए अब इच्छित सपने साकार करने की क्रिया विधि—सम्मोहन विद्या—के बारे में कुछ जानकारी प्राप्त करें। सम्मोहन विद्या एक ऐसा कौतुक है जिस से व्यक्तित्व के सूक्ष्म अध्ययन में ही सहायता नहीं मिलती अपितु मनानुकूल व्यक्तित्व का निर्माण भी किया जा सकता है। सीधे-सादे शब्दों में कहा जाये तो "सुन्दर सपने सजाइए सफल बनिए।'

सुन्दर सपने : सफलता का रहस्य

मनोवांछित सपनों को साकार करने की क्रियाविधि (जिसे सम्मोहन विद्या के नाम से पुकारा जाता है) ने आज वैज्ञानिक अनुसंधान और चिकित्सा के क्षेत्रों में अत्यन्त महत्त्वपूर्ण स्थान ग्रहण कर लिया है। कुछ वैज्ञानिक तो यहाँ तक कहते हैं कि इस क्रिया विधि से जो चमत्कारिक कार्य-साधन होता है वह अन्य किसी विधि या साधन से सम्भव नहीं हो सकता।

'सम्मोहन हाइड्रोजन बम से भी अधिक खतरनाक सिद्ध हो सकता है।'[1]

आइए देखें, इस का कारण क्या है ?

सुविकसित और सुसन्तुलित व्यक्तित्व की एक अनिवार्य शर्त यह है कि हमारे संवेगों में आपस में संघर्ष न हो बल्कि वे हमें उत्साही आशावादी और समझदार बनाने में सहायक हों। इन संवेगों को रचनात्मक मोड़ प्रदान करने की जो अद्भुत शक्ति इस क्रिया विधि में है वह अन्य किसी विधि या साधन में नहीं है।

सम्मोहन की अपरिमित शक्ति का रहस्य

दुर्भाग्यवश, अधिकांश लोग सम्मोहन के सच्चे स्वरूप से परिचित नहीं हैं। वे उस की क्रिया विधि को या तो खेल समझते हैं या एक धोखा। पर सम्मोहन की क्रिया विधि न खेल है न धोखा। उस की अचूक सफलता का रहस्य स्वयं उस व्यक्ति के अन्तर्मन में ही है जिस की इच्छा को स्थानापन्न कर के सम्मोहनकर्त्ता अपनी इच्छा बैठाने में समर्थ हो जाता है। अर्थात सम्मोहनावस्था में व्यक्ति के सभी कृत्य उस की अपनी ही इच्छा का परिणाम होते हैं लेकिन वह इच्छा स्वतःस्फूर्त नहीं होती सम्मोहनकर्त्ता अपने सुझावों और संकेतों के माध्यम से उस से यह कृत्य कराता है। जो भी सम्मोहनकर्त्ता सुझाता है कि व्यक्ति सोचे या करे, वही वह सोचने या करने लगता है। सम्मोहनकर्त्ता को दूसरे व्यक्ति से वांछित और अनुकूल व्यवहार करवा लेने वाली प्रचण्ड शक्ति जो प्रेम सुख और स्वास्थ्य आदि रचनात्मक सुझावों से व्यक्ति में बल उत्साह और आरोग्य का संचार कर सकती है और भय घृणा आदि विनाशक सुझावों द्वारा निर्बलता निरुत्साह और रोगों का संचार स्वयं उस

[1] केन पर्डी—प्लेबॉय फरवरी १९६१ (Ken Purdy Playboy Feb 1961)

बेहोशी की कोई दवा नही दी। ऐसे कई ऑपरेशन दर्शकों को टेलीविजन पर भी दिखाये गये थे। ब्रिटिश मेडिकल ऐसोसिएशन ने तो सम्मोहन को किसी भी तरह की शल्य क्रिया में मूर्च्छा का साधन मान कर उस की फीस भी निश्चित कर दी है, जो ७०० रुपये के लगभग है।

मानसिक रोगों के इलाज में तो सम्मोहन सचमुच रामबाण औषधि सिद्ध हुआ है। सम्मोहन की मदद से डा० विलियम मक्डूगल ने ५५ साल के एक ऐसे रोगी का इलाज किया था, जिसे हमेशा यह डर घेरे रहता था कि कोई अनात व्यक्ति उस का पीछा कर रहा है। डॉक्टर ने उसे सम्मोहित करके इस व्यामोह का मूल कारण खोज निकाला। रोगी जब ६ साल का था, तब उसे सूखे फलों की एक दुकान से कुछ मेवे चुराते हुए दुकानदार ने पकड़ लिया था। पकड़े जाने पर, वह चीख कर बेहोश हो गया था। तभी से यह डर उस के अंतमन में व्याप्त था। डॉक्टर ने इस भय की निर्मूलता का सुझाव दे कर, उसे भयमुक्त कर दिया।

रूसी सम्मोहन विशेषज्ञ प्लेटोनोव के पास २७ साल की एक महिला आयी। जिस की शिकायत यह थी कि वह गंजी होती जा रही है। पूछताछ के दौरान उस ने बताया कि बचपन में उसे एक डाक्टर को कहते सुना था कि गंजेपन की शुरूआत किसी मानसिक आघात के फलस्वरूप होती है पर दूसरा मानसिक आघात लगने पर गंजापन अपने आप दूर हो जाता है, और यह क्रम इसी प्रकार चलता है। इस के बाद उसे पहला मानसिक आघात पिता की मृत्यु पर लगा, और इस घटना के तुरंत बाद 'उस ने अपने सर में खुजलाहट महसूस की थी।' पर, छह महीने बाद, माँ की आकस्मिक मृत्यु का आघात सहने के बाद 'यह खुजलाहट अपने आप बंद हो गयी।" तीसरा आघात उसे कुछ दिन पहले लगा था जब उस के बच्चे को चोट लगी थी। और तब से ही वह महसूस कर रही है कि वह गंजी होनी शुरू हो गयी है'।

प्लेटोनोव ने उसे कई बार सम्मोहित करके यह कहा कि डॉक्टर का बताया हुआ गंजेपन का कारण एकदम निराधार था और उस का तथाकथित गंजापन शीघ्र ही हमेशा हमेशा के लिए दूर हो जायेगा। और, ऐसा हुआ भी। कुछ ही हफ्तों में उस की गंजेपन की शिकायत हमेशा के लिए दूर हो गयी।

आत्मसम्मोहन के जीते-जागते चमत्कार

अमरीका के सम्मोहन विशेषज्ञ आयर एलेन पिछले २५ वर्षों से सम्मोहन के प्रयोग से खिलाड़ियों, गायकों, कलाकारों आदि की सहायता करते चले आ रहे हैं। १९५२ में उन्होंने बिलरेस नाम के पियानो-वादक का इलाज' किया था जो चौपिन के एक कनसर्टो को एक चरमल्य इसलिए छोड़ देता था कि उसे पियानो पर बजा नहीं पाता था। इस के लिए उसे अपने मालिक और आलोचकों की आलोचनाओं का शिकार बनना पड़ता था। जब वह एलेन की शरण में आया, तो एलेन ने उसे सम्मोहित करके

इस परमल्य से सम्बन्धित सब बातें बताने को कहा। विशेष मे, बचपन की एक घटना (जिसे उस का चेतन मन बिलकुल भूल गया था) याद करते हुए बताया कि एक बार उस के पिता ने इस परमल्य को रियाजों पर ठीक न बजा पाने के कारण उसे बहुत डाँटा और मारा-पीटा था। एलेन के कुछ सहानुभूतिपूर्ण सुझाव सुन कर, इस परमल्य के प्रति उस का मानसिक अवरोध चमत्कारिक ढंग से समाप्त हो गया और वह उसे भलीभाँति बजाने लगा।

बिल दामान नामक अमरीकी गायक एक महत्वपूर्ण संगीत-सम्मेलन में पहुँचा जिस में अभिनेता फ्रैंक सिनात्रा भी उपस्थित होने वाले थे सहसा बहुत अधिक अधीर और भयातुर हो गया। ऐसी हालत में वह सम्मेलन में अच्छी तरह नहीं गा पायेगा यह वह जानता था। वह एलेन से मिलने गया। एलेन ने इस अधीरता और भयातुरता का मूल कारण दामोन को सम्मोहित कर के जान लिया। असल में कुछ साल पहले ऐसे ही एक संगीत-सम्मेलन में सिनात्रा को दर्शकों के बीच देख कर दामोन ने उसे कृतज्ञता पूर्वक शम्पेन की एक बोतल भिजवायी थी। 'सिनात्रा ने धन्यवाद देना तो दूर रहा मुझे दूध की एक बोतल भिजवा दी जिस के अर्थ मैं ने यह लगाये कि वह गायन के क्षेत्र में मुझे बच्चा समझते थे। मुझे इस से बड़ा सदमा पहुँचा।'

एलन ने उस से कहा कि सिनात्रा का यह मतलब न रहा होगा दूध की बोतल उस ने मजाक के तौर पर भेजी होगी। उस ने कहा कि वह यह कल्पना करे कि वह स्टेज पर अपने सब से मधुर स्वर में गा रहा है।'

सम्मोह निद्रा से जागने पर दामान को यह बात याद रही और उस की अधीरता और भयातुरता एक दम गायब हो गयी। सम्मेलन में उस के शानदार गायन की प्रशंसा सब ने की। सिनात्रा को ले कर जो भय उस के अन्तमन में था, वह बिल्कुल जाता रहा।

हूस्टन विश्वविद्यालय की बास्केटबाल टीम टक्साज की बास्केट बाल टीम से एक मैच हार चुकी थी। अगले मैच से पहले एलेन ने हूस्टन विश्वविद्यालय के खिलाड़ियों को सम्मोहितावस्था में ला कर ऐसा प्रेरित किया कि उन्होंने अगले मैच में अपने शक्तिशाली प्रतिद्वंद्वियों को ७५ ६५ से हरा कर ही दम लिया।

बास्केटबाल के एक अन्य मैच में ६ फुट ५ इंच ऊंचा एक खिलाड़ी खेलने को तैयार न था। उस का कहना था कि उस के पाँव में इतना दर्द है कि वह चल भी नहीं सकता। डॉक्टर ने उस की जाँच कर के कहा कि पाँव की तकलीफ इतनी मामूली है कि एक खास जूता पहनने से दूर हो जायगी। पर, डाक्टर की इस सलाह के बावजूद, उस खिलाडी का 'दर्द' दूर न हुआ। एलेन ने उसे सम्मोहनिद्रा में सुला कर उस से ही यह मालूम किया कि उस के दर्द का मूल कारण यह है कि उस के सब प्रतिद्वन्द्वी उस से बड़े—६ फुट ७ इंच—के हैं, और वह उन के आगे कुछ न कर पायगा। एलेन ने उस से कहा कि क़द में छोटा होते हुए भी, वह अपने प्रतिद्वंद्वियों को हरा

देगा।" सम्मोहनिद्रा से जागने पर म ७ फुट ऊँचा महसूस कर रहा था।" उस खिलाड़ी ने बाद में कहा। मच में भी वह निभयतापूवक खेला।

बेसबाल के कुछ प्रसिद्ध पर हताश और भयभीत खिलाडियों को सम्मोहन द्वारा स्वस्थ और आशावादी कर के, एलेन ने सारे अमरीका में नाम कमा लिया है। जब इन खिलाडियों को अलग अलग सम्मोह निद्रा में सुलाया गया तो प्रत्येक ने एलेन से एक ही बात कही 'म अपना सवश्रेष्ठ प्रदशन कर चुका हूँ अब मेरा पतन आरम्भ हो गया ह।' एलेन ने हर सम्मोहित खिलाडी को विश्वास दिलाया कि उन का सवश्रेष्ठ प्रदशन अभी होना शेष ह, तथा वह अगले कई वर्षों तक अमरीका का श्रेष्ठतम खिलाडी बना रहेगा।'

सभी खिलाडियों ने बेसबाल के अगले सीजन में अपने पिछले प्रदशनों से अच्छा प्रदशन कर के दिखाया।

अन्य सम्मोहनशास्त्रियों की भाँति एलेन भी कहते हैं "अँगरेजी की यह कहावत कि शरीर का महसूस होने वाली बहुत-सी तकलीफें शरीर में नही होती, और मन के कारण ही महसूस होती ह, सौ फी सदी सच है। मन को शिथिल कर के उसे रचनात्मक सुझाव दीजिए, सुखदायक कल्पना चित्र बनाइए देखिए कष्ट कितनी जल्दी गायब होता ह। यदि इस पर भी कष्ट दूर नही होता, तो या तो उस के इलाज की सचमुच जरूरत ह या आप सचमुच, किसी अज्ञात कारण से अपनी सुरक्षा की खातिर उस कष्ट को बनाये रखना चाहते ह। सम्मोहनावस्था में आदमी का अवचेतन मन सक्रिय रहता ह, और चेतन मन या तो दशक की भाँति अवचेतन मन के कारनामों को देखता रहता ह या, आदेश पाने पर एक दास की भाँति उन आदेशों का पालन करता है।"

कोई जरूरी नही कि आप अपने अवचेतन को सही आदेश या सुझाव दिलाने के लिए बार-बार सम्मोहन विशेषज्ञों और मनोवैज्ञानिको की शरण में जायें। आत्मबोधन (Auto-suggestion) द्वारा आप यह काम खुद भी कर सकते हैं। अधिक धूम्रपान, मद्यपान, हकलाना, सोते समय बडबडाना आदि किसी भी गलत आदत को आत्मबोधन द्वारा दूर कर के आप अधिक सुखी और स्वस्थ बन सकते ह, तथा अपने मनचाहे व्यक्तित्व का निर्माण कर सकते है।

सम्मोहन का रहस्य, सीधा सादा ह। हमारी आदतें और हमारे सस्कार ही वे तत्व हैं, जिन से हमारा जीवन गठित हुआ ह। वे मन की अपेक्षा शरीर में अधिक आग्रही हैं पर उन्हें बदलने के लिए शरीर की ओर ध्यान देने से कोई लाभ नहीं, कारण उन का नियामक ह—हमारा अवचेतन मन। अवचेतन मन की विजय जागृतावस्था में सम्भव नही। वह सम्भव ह सम्मोहन से ही, जो अवचेतन मन को निष्क्रिय बना देता है। तब हमारी इच्छा शक्ति, बिना किसी बाधा के सक्रिय हो जाती ह और हम वे काम करने लगते हैं जो यदि हम जाग्रतावस्था में करें तो चमत्कारिक लगें।

जाग्रतावस्था में हम अपने को यथा ही महसूस करते हैं जैसे सचमुच हैं, पर सम्मोहना वस्था में हम चाहें कल्पना करने और विश्वास करने मात्र से अधिक स्वस्थ और योग्य हो सकते हैं, और अधिक स्वस्थ और योग्य व्यक्ति के समान आचरण भी कर सकते हैं। जाग्रतावस्था में चोटी का मोटा हो मानना पाना हमारा असम्भव सम्मोहना वस्था में निष्क्रिय हो कर, सम्मोहनकर्ता के सुझाव का स्पर्श पा कर या हमारे ही आत्मबोधन द्वारा उस चोट को भी महसूस कर सकना है। सम्मोहन हमें उस अद्भुत *शक्ति की कुंजी प्रदान करता है जो हमारे सब संस्कारों विचारों, कल्पनाओं और* आदर्शों की सृष्टि करती है।

अपने कल्पना चित्र के अनुरूप बनिए

आप अगर आज डरपोक हैं, तो आत्म-सम्मोहन की सहायता से कल ही निडर हो सकते हैं। डरपोकपन, कुछ पदार्थों की पीड़ा के भाव के साथ संगति करने, और उस से घबराने की आदत मात्र थी। इस घबराहट से आप के स्नायविक-मण्डल में जो शारीरिक सनसनी पैदा होती है, वही डर है। इस डर को, मार बड़ी आसानी से दूर कर सकते हैं अपने अचेतन मन को, जिस ने इस की सृष्टि की थी निर्भयता का आदेश या सुझाव स्वयं दे कर और अपने निडर व्यक्तित्व की कल्पना कर के। मन के भावों की संगति के तत्त्व से बनी सभी आदतें स्थायी या बन्धनकारी नहीं होतीं, अपितु तरल और परिवर्तनीय होती हैं। आत्मसम्मोहन और आत्मबोधन द्वारा आप इन तरल और परिवर्तनीय आदतों और संस्कारों को इच्छानुसार मोड़ प्रदान कर सकते हैं जमे हुए संस्कारों को उखाड़ कर अपनी मनोवृत्ति में क्रान्तिकारी परिवर्तन ला सकते हैं।

आत्मबोधन की शक्ति के प्रभाव से सैकड़ों रोगियों को नया जीवन दिलाने वाले एमिली कोवे ने इस शक्ति के बारे में ठीक ही कहा था "आत्मबोधन की शक्ति के सही प्रयोग से कोई भी व्यक्ति अपना स्वामी खुद बन सकता है।" वे कहते थे कि इस के लिए इस महामन्त्र का जप, मन ही मन हमेशा करते रहना चाहिए "मैं हर रोज, हर प्रकार से, बेहतर बनता जा रहा हूँ।"[1] देखने में सीधा-सादा लगने वाला यह मन्त्र सचमुच अत्यन्त प्रभावशाली हो सकता है, बशर्ते इसे जपते हुए आप बराबर यह कल्पना भी करते रहें कि आप सचमुच हर प्रकार से बेहतर बनते जा रहे हैं। इस महामन्त्र ने करोड़ों को नया जीवन प्रदान किया है तो आप को भी क्यों नहीं करेगा? पूरी श्रद्धा से, सुन्दर सपने संजोते हुए आकर्षक कल्पना चित्र खींचते हुए, इस का जाप करते रहिए, जो आप चाहेंगे आप को अवश्य मिलेगा जैसा आप बनना चाहेंगे, अवश्य बन कर रहेंगे। यह याद रखिए कि आप की प्रगति पूर्णतया आप की कल्पना शक्ति पर निर्भर है। जैसा आप अपने बारे में सोचेंगे, ठीक वैसे ही बन सकेंगे। निषेधात्मक विचार आप की प्रगति को सीमित करते हैं। इस के विपरीत, सुनिश्चित

१ The Practice of Auto-suggestion—by Emile Cove (Dodd Mead and Co)

आप को अकल्पनीय फल दिला सकते हैं। पर ऐसे विचारों को मन में स्थान देने से पूर्व, अपने मन को सकारात्मक विचारों से बिलकुल खाली कर दीजिए यह अत्यन्त महत्त्वपूर्ण है।

६० साल की आयु में भी जब लोग रिटायर हो जाते हैं, हालीवुड का अभिनेता करी ग्राट, तरुण अभिनेताओं की भांति चुस्त, तरोताजा और जिन्दादिल है, और हीरो का काम करता है। एक बार किसी ने उस से इस चमत्कार का रहस्य पूछा, तो उस ने कहा—"यह तो बड़ा आसान है। मैं हमेशा यही कल्पना करता रहता हूँ कि मैं चुस्त, तरोताजा और जिन्दादिल हूँ। इस के विपरीत कभी कल्पना नहीं करता।"

ऐसा नहीं है कि करी ग्राट के मन में कभी नकारात्मक विचार आते ही नहीं, पर वे सदा उन से सतर्क रहते हैं। उन के मन में आते ही वे बड़ी सहजता और तत्परता से कई बार अपने आप से ही कहते हैं 'नहीं इन विचारों से मुझे कोई परेशानी नहीं हो रही है—जरा भी नहीं—ये कुछ समय बाद आसमान पर छाये बादलों की नाई खुद ही छँट जायेंगे।" इस के बाद, वे धीरे धीरे निश्चयात्मक विचारों को मन में आने देते हैं जो नकारात्मक विचारों को बाहर निकाल देते हैं।

आप भी ऐसा कर के करी ग्राट की भाँति स्वस्थ, प्रसन्न और सुखी क्यों नहीं रहते? हमेशा अपनी कल्पना में अपना ऐसा चित्र ही रखिए, जैसा आप बनना चाहते हैं। देखिए, कितनी जल्दी और कितनी आसानी से आप अपने कल्पना चित्र के अनुरूप बन जाते हैं।

सफल आत्म-बोधन की चार कुंजियाँ हैं दृढ़ विश्वास असंदिग्धता, असीमित उत्साह और एक ही कल्पना की पुनरावृत्ति। कल्पना की इन्हीं चार कुंजियों की मदद से सफल आत्मबोधन करने वाला, एल्मर ह्वीलर के शब्दों में 'खुद को सफलता बेचता है'।

आप का अन्तर्मन एक बाग के समान है। आप जैसी कल्पना के बीज उस में बोयेंगे वैसे ही फल आप को मिलेंगे। यदि आप हमेशा यही कल्पना करते रहेंगे कि "मैं कमजोर हूँ, मैं असफल हूँ, मैं हमेशा ऐसा ही बना रहूँगा।" तो आप सचमुच हमेशा कमजोर और असफल ही बने रहेंगे। पर यदि आप हमेशा यह कल्पना करेंगे कि 'मैं सफल हूँ मैं स्वस्थ और सुखी हूँ और हमेशा ऐसा ही रहूँगा' तो आप सचमुच हमेशा स्वस्थ, सफल और सुखी ही रहेंगे।

यदि आप को कोई कठिन काम करना है, या कोई कठिन परिस्थिति सामने आ गयी है तो यह मत सोचिए कि आप उस काम को नहीं कर पायेंगे या उस कठिन परिस्थिति का सामना करने में असमर्थ हैं। सिर्फ यह भी मत सोचिए कि 'मैं मुश्किलों से नहीं डरता।" यह कल्पना कीजिए कि आप उस कठिन कार्य को खुशी खुशी

---

१ Psycho-Cybernetics—by Dr Maxwell Mathy Prentice Hale

और आसानी से कर रहे हैं या कठिन परिस्थिति का सामना करते समय आप को कोई कठिनाई नहीं हुई है, और आप ने हँसते हँसते उस का सामना कर लिया है। देखिए फिर वही होता है या नहीं जिस की कल्पना आप ने की था।

विश्वासपूर्ण उत्कंठा से कल्पनाएँ करना और आत्मबोधन द्वारा उन्हें 'गुरु की वचना' सीखिए। आप देखेंगे जीवन का कठोर मार्ग अत्यन्त सरल बन गया है और आप अत्युल्लास से उस पर सफलता की मंजिलें पार करते हुए बढ़े जा रहे हैं।

असली सपने वैज्ञानिक व्याख्याएँ

जसा कि हम पीछे कह आये ह, सपनो की अगम अजानी दुनिया सृष्टि के आरम्भ से ही मानव की जिज्ञासा एव कौतूहल का विषय बनी हुई ह। इतिहास साक्षी ह कि आदिम मानव ने भी, अपने ढग से, इस रहस्यमयी दुनिया को देखने और समझने की कोशिश की तथा सपनो के विशिष्ट अथ निर्धारित किये। साठ वष पूव तक, सभ्य जगत के अधिकाश निवासी तक यह मानते थे कि सपनो में जो कुछ दिखाई देता ह वह देवताओ भूत प्रेतों, दानवो या जादूगरो की कृपा का फल है। भविष्यसूचक सपना के बारे में ऐसी धारणा थी कि ऐसे सपने किसी अलौकिक शक्ति की देन होते हैं।

पर फ्रॉयड तथा उस के अनुगामियो ने इस धारणा को ध्वस्त कर के सपनो के अध्ययन को एक वैज्ञानिक दर्जा प्रदान किया। इतना ही नही, उन्होंने यह भी निर्धारित किया कि सपनों के मूल को समझ कर तथा उन की सही व्याख्या कर के (या किसी कुशल स्वप्नशास्त्री से करवा कर) आदमी ऐसे अनेक शारीरिक और मानसिक व्याधियो से मुक्त हो सकता ह जिन का उपचार अन्य किसी साधन या विधि से सम्भव नही ह। सपनों का ऐसा वज्ञानिक अध्ययन हमें अपने अलावा अपने परिचित व्यक्तियो के स्वभाव को समझने में भी सहायता कर सकता है, जसा कि आगे के उदाहरणो से स्पष्ट होगा।

स्वप्न देखना उतनी ही स्वाभाविक क्रिया ह जितनी साँस लेना। वज्ञानिक प्रयोगो से यह भी सिद्ध हो चुका ह कि प्रत्येक व्यक्ति रोज स्वप्न अवश्य देखता है। ये पुरानी धारणाएँ एव मान्यताएँ गलत साबित हो चुकी हैं कि स्वप्न किसी विशेष वस्तु के सेवन से दिखाई देते ह, तथा कुछ खास वस्तुओ के सेवन के फलस्वरूप खास क़िस्म के सपने देखे जा सकते हैं। हकीक़त यह ह कि सपने हमारी उन गुप्त इच्छाओ और भावनाओं का दपण होते ह जिन का पता कभी-कभी स्वय हम भी नही होता।

सपनो मे प्रतीको का सफल प्रयोग

सपने हमारी गुप्त इच्छाओ और भावनाओ का दपण भले ही हो पर कभी कभी वे जो कुछ कहना या समझना चाहते ह वह सीधे रूप में नहीं कहते या समझाते। जिस प्रकार हम बच्चो को कहानियाँ सुना कर नीति पाठ कराते है, उसी प्रकार वे

भी अपनी बात प्रतीकात्मक रूप में, कहानियों के रूप में सुनाते या समझाते हैं। इसे एकदम अजीब बात नहीं मानना चाहिए, क्योंकि जाग्रतावस्था में भी हम प्राय प्रतीकात्मक रूप में बातें करते हैं जैसे, 'मैं गुस्से से लाल-पीला हो गया' या 'मेरे हाथों के तोते उड गये' आदि। बोलने चालने के अलावा, पढ़ने लिखने में भी हम प्रतीकों—मौत के खतरे के लिए कंकाल के चित्र का शान्ति के लिए कपोत का ब्रिटेन के लिए जानबुलका—का प्रयोग करते हैं। प्रतीकों का प्रयोग हम किसी बात को जल्दी से और आसानी से कहने और समझाने के लिए भी करते हैं। प्रकृति भी, सपनों में प्रतीकों का प्रयोग शायद इसी कारण करती है।

एक और कारण है प्रकृति द्वारा सपनों में प्रतीकों के प्रयोग का। सपना में हमें खुद अपने ही अवचेतन में छिपी ऐसी इच्छाओं और भावनाओं के दर्शन होते हैं, जिन्हें हमारा चेतन या जाग्रत मन सुनना या देखना गवारा नहीं करता। जाग्रतावस्था में हम तक पसन्द करते हैं, पर सपने हमारे अवचेतन की अँधेरी गहराइयों में से जन्म लेते हैं, वहाँ नग्न और आदिम इच्छाएँ ही निरंकुश नृत्य करती हैं। इन को हमारा चेतन मन प्रतीकों के रूप में ही स्वीकार कर पाता है। सपनों की वैज्ञानिक व्याख्या इसीलिए सरल कार्य नहीं है क्योंकि उस का सीधा सम्बन्ध हमारे अवचेतन की पेचीदी प्रक्रियाओं से है।

स्वप्न—व्याख्याओं के खतरे

सपनों की व्याख्याएँ स्वयं करने या उन्हें समझने से पूर्व, एक बात अच्छी तरह से समझ लेनी जरूरी है। वह यह कि सपने यद्यपि प्रतीकात्मक भाषा में बोलते हैं फिर भी प्रत्येक प्रतीक का कोई निश्चित और अंतिम अर्थ नहीं होता। हर व्यक्ति की विचारधारा और परिस्थितियाँ भिन्न हैं और इसीलिए सपने के प्रतीक का अर्थ समझने के लिए पहले उस विचारधारा तथा परिस्थितियों से परिचित होना आवश्यक है। बिना ऐसे किये सपनों की गलत व्याख्या सम्भव है। यहां यह भी कह देना बहुत जरूरी है कि कोई भी पुस्तक (इस में यह पुस्तक भी शामिल है) किसी भी स्वतन्त्र सपने की अचूक व्याख्या करने का दावा नहीं कर सकती। अधिक से अधिक वह यही कर सकती है कि स्वप्न-व्याख्याओं के कुछ विशेष उदाहरण प्रस्तुत कर के आप को सपनों की सही व्याख्या करने की विधि बता दे। इस पुस्तक के इस खण्ड में भी ऐसा करने का प्रयत्न किया गया है।

यद्यपि यह सच है कि हर व्यक्ति की विचारधारा और परिस्थितियाँ भिन्न हैं तथापि यह सच है कि हम में से अधिकांश के अधिकांश विचार भावनाएं तथा मूल प्रवृत्तियाँ प्राय समान ही हैं, तथा उन्हें व्यक्त करने के लिए हम प्राय एक सी ही विधियों का काम में लाते हैं। बहुत दुःखी होने पर आँखों में आँसू आ जाना प्राय हर मानव के लिए स्वाभाविक है। इसी प्रकार किसी अप्रिय स्थिति का सामना करने

पर हम सभी बगलें झांकने लगते ह, या आँखें मीच लेते हं । स्वप्न-व्याख्याओ के आगे के उदाहरण प्रस्तुत करते समय इस बात का विशेष ध्यान रखा गया ह कि उन्ही सपनों और सपनों में दिखाई देने वाले दृश्यों और प्रतीकों का अधिकाधिक उल्लेख हो, जो अधिक से अधिक लोगो को अधिक स अधिक बार दिखाई दिये हो। पर, आगे दो हुई व्याख्याएं अन्तिम रूप से सही नहीं हैं, हद से हद वे आनुपातिक रूप से ही सही हैं । इन व्याख्याओं को अपने समान सपना पर लागू करने से पूव, इस बात को याद रखिए कि जिस प्रकार आप औरो से अलग ह, उस प्रकार आप के सपने भी औरों से अलग ह ।

आपने चित्रखण्ड प्रहेलिका (Jigsaw puzzle) देखी होगी। उसे हल करने के लिए सब टुकडा को देखना आवश्यक ह । सपने भी चित्रखण्ड प्रहेलिका की ही भाँति हं । उन्हें हल करने के लिए व्याख्याकार का सपना देखने वाले के व्यक्तित्व के सब खण्डो की ओर देखना पडता ह। यह काम आसान नही ह, और इस के लिए काफी समय, श्रम, धय, प्रशिक्षण और अनुभव की ज़रूरत पडती ह ।

अपने सपनों का बेहतर ढग में समझने के लिए अपने सपनो की डायरी रखिए । इस डायरी में, जो सपना दिखाई दे, उसे पूरी ईमानदारी और पूरे विस्तार से लिख डालिए। कुछ समय बाद, इस डायरी की मदद से आप अपने सपनो का एक ढाँचा (प्रतिमान) अपने सामने प्रकट होते देखेंगे । कालान्तर में इसी प्रतिमान की सहायता से आप उस व्यक्ति की असली और बिना 'टच' की हुई तसवीर देख सकेंगे, जिस के साथ आप अपने जीवन के प्रथम क्षण से आज तक हर क्षण साथ रहे ह, और अन्त तक जिस के साथ रहना आप की नियति ह । यह व्यक्ति ह—स्वय आप का ही आदिम और असस्कृत रूप ।

पर, अपने सपनों की ऐसी पेचीदी व्याख्या करने से हमें लाभ क्या ह, यह प्रश्न उठाया जा सकता ह । इस प्रश्न के दो उत्तर दिये जा सकते हैं । पहला—उन के जरिये हम अपनी समस्याओं और अपने तनावों का सूक्ष्म अध्ययन कर सकते है, और उन्हें हल या कम करने की दिशा में कदम उठा सकते ह । दूसरा—उन के जरिये हम अपने आस पास के लोगा और परिस्थितियों के वास्तविक स्वरूप को भी जान सकते हं । कारण सपनों की व्याख्या असल में हमारे जीवन तथा उसे प्रभावित करने वाले सभी व्यक्तियो और वस्तुओ की व्याख्या ह । यह सच ह कि सपनों की व्याख्या स ही जीवन की तमाम समस्याओ का हल नही पाया जा सकता। पर, यह व्याख्या एक ऐसी कुजी ह जिस के द्वारा आप अपने जीवन को अधिक सुखी, सफल और उपयोगी बनाने का राजद्वार खाल सकते है—अपने आतरिक द्वन्द्वो पर हावी हो कर तथा अपनी इच्छाओं और भावनाओं को वश में रख कर।

वैज्ञानिक व्याख्या से पूर्व आप के सपने आप को अजीब, वेहूदा, अविश्वसनीय, अतिरंजित, कल्पित और न जान क्या-क्या लग सकते हैं। पर, व्याख्या के बाद आप

उन का तथा अपनी गुप्त इच्छाओं और भावनाओं का तारतम्य स्पष्ट देख सकते हैं। तब आप के सपनों के स्वरूप के अलावा उन के महत्त्व को भी समझेंगे।

एक बात को फिर पूरे ज़ोर के साथ कहना आवश्यक है। सपनों और उन में व्यक्त प्रतीकों और अर्थों पर आप किसी भी रूप में कोई बंधन नहीं डाल सकते। जिन परिस्थितियों की कल्पना भी जाग्रतावस्था में आप के लिए असह्य होती, वे सपनों में बड़े सहज और स्वाभाविक रूप से प्रत्यक्ष किंवा अप्रत्यक्ष रूप से प्रकट होती हैं। स्वप्नावस्था में हमारी तर्क शक्ति तथा नैतिक मान्यताएं भी सो जाती हैं, तथा हमारा वह रूप उजागर होता है जिस पर कोई नियम, कोई मान्यता लागू नहीं हो सकता।

कष्टदायक सपनों से डरने की जरूरत नहीं। वे उस कष्टदायक फोड़े के समान हैं जो आप के व्यक्तित्व के किसी विकार को प्रकट करते हैं। इस विकार को सपनों के सही निदान और अर्थ द्वारा आसानी से दूर किया जा सकता है।

अवचेतन का निस्सीम विस्तार

जिस अवचेतन से हमारे सपनों का जन्म होता है, उस का प्रभाव क्षेत्र, आयाम तथा गहराई हमारे चेतन से कहीं बड़ी है। यदि चेतन मन को एक झील मान लिया जाये, तो अवचेतन को एक निस्सीम महासागर कहा जा सकेगा। अवचेतन के असीमित विस्तार और उस की असीमित शक्ति का आंशिक परिचय हमें तभी हो सकता है जब हम अपने को तर्क और नैतिकता के बंधनों से मुक्त कर लें। कोई ऐसी भावना नहीं है, कोई ऐसा विचार नहीं है, जिस के अस्तित्व से आप का अवचेतन मन बेखबर हो। जिन विचारों को हमारा चेतन मन दूषित या अनुचित मानता है वे अवचेतन मन के लिए उतने ही सहज और स्वाभाविक हैं, जितने पवित्र या उचित माने जाने वाले विचार। हमारे अवचेतन के विपुल भंडार में उन सभी स्मृतियों, नैसर्गिक प्रवृत्तियों, ग्रंथियों, सूक्ष्म या पेचीदा विचारों, कटु, उग्र या सौम्य भावनाओं का स्थान प्राप्त है जिन की कल्पना हम दूसरों में करते हैं। कई प्रख्यात संतों ने इसी लिए भगवान को धन्यवाद दिया है कि वह स्वयं अपने सपनों के लिए जिम्मेदार नहीं हैं।

हमारे सपने एक अन्य दृष्टि से भी हमारे लिए महत्त्वपूर्ण हैं। घटनाओं तथा उन की सही सम्भावनाओं की तह में जितनी जल्दी सपने पैठ सकते हैं हमारी तर्क शक्ति या बुद्धि नहीं पहुंच सकती। ज्यादातर तो बुद्धि ऐसा करने में असमर्थ ही रहती है। हमारा अवचेतन मन उन सभी बातों को याद रखता है जो हमारे चेतन मन के अनुसार हम कभी के भूल चुके हैं, भले ही ये बातें कितनी ही अप्रिय और कटु क्यों न हों।

आप स्वयं भी अपने सपनों की वैज्ञानिक व्याख्या कर सकते हैं, पर इस के लिए कुछ शर्तों का पालन जरूरी है। ऐसी व्याख्या करने से पूर्व, आप को अपने तई पूरी तरह ईमानदार होना होगा और आप जैसे हैं ठीक उसी रूप में अपने को जानने के लिए तैयार रहना होगा। ऐसा दृष्टिकोण अपनाये बिना, आप अपने सपनों की

जो व्याख्या करेगे वह एकागी, ग़लत और भ्रामक सिद्ध हो सकती है। अधिकाश व्यक्ति यह समझते है कि वे अपने बारे में सब कुछ जानते है। पर, वास्तव में वे उन अज्ञात इच्छाओं और शक्तियों से परिचित नही होते, जो उन के अवचेतन मन में सक्रिय रहती है। अपने सपनो की स्वय व्याख्या करने के लिए जिस साहस, धैर्य और अलगाव की जरूरत है, वह बहुत कम लोगों में होता है। इसी लिए, जब तक आप में ऐसा साहस, धैर्य और अलगाव न हो, अपने सपनों की व्याख्या किसी विशेषज्ञ से ही कराइए।

सपनों को व्याख्या करने से पूर्व, डॉ० ज्यॉं फाउको का यह कथन भी याद रखने योग्य है मैं यह नही मानता कि सपनों के बारे में हमारी स्मृति पूर्णतया विश्वसनीय होती है। हम जागते ही सपना को भूल जाते है। हमारा जाग्रत मन सपने में दीखे विभिन्न दृश्यों को ऐसी तालमेल बिठाता है कि वह हमारे तर्कप्रिय चेतन मन को स्वीकार्य होती है। यही मत एक अन्य स्वप्नविशेषज्ञ डॉ० तानेरी का है, "जैसे ही हम जागते है अपने सपने हमें भूल जाते है। जाग्रतावस्था में हम टूटे सपनों को इच्छानुसार गढ़ लेते है।" हैवलाक एलिस ने इसी बात का दूसरे शब्दों में इस प्रकार कहा है, 'हमें सपनो का भाव ही याद रह पाता है।'

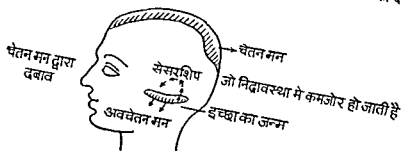
आइए अब देखें कि कोई विशेषज्ञ या स्वय आप अपने किसी 'अति कुत्सित और त्रासकारी' सपने की वैज्ञानिक व्याख्या किस प्रकार कर सकते है।

मान लीजिए, आप ने सपना देखा कि आप किसी प्रिय मित्र की हत्या कर रहे है। यह स्तब्धकारी सपना आप को अतिकुत्सित लगा, क्योंकि जाग्रतावस्था में आप ऐसी स्थिति की कल्पना भी नही कर सकते हैं। पर, आइए देखें कि कोई विशेषज्ञ इस सपने की वैज्ञानिक व्याख्या किस प्रकार करेगा।

बातचीत से विशेषज्ञ पता लगा लेगा कि आप चरित्रवान् व्यक्ति हैं, और सब नैतिक नियमों का निष्ठापूर्वक पालन करते हैं। पर, विशेषज्ञ यहीं नही रुकता। वह यह जानता है कि उस मित्र की हत्या करने की इच्छा अवचेतन मन की गहराइयों से उठ कर पहले कभी आप के चेतन मन से टकराई होगी। पर नैतिक नियमों के प्रति जागरूक चेतन मन ने उस से डर कर उसे दबा दिया तथा भुला दिया। पर, आप का अवचेतन अभी तक आप की इस इच्छा को नही भूला है। उस ने इस इच्छा को उपरोक्त सपने में साकार कर के आप को जता दिया कि अवचेतन पर आप का वैसा नियन्त्रण सम्भव नही है जैसा चेतन मन पर है।

इस सपने से आप किस प्रकार लाभ उठा सकते हैं? यह समझ कर कि ऐसी इच्छा आप के अवचेतन मन के लिए अत्यन्त स्वाभाविक है और उसे दबाने की कोशिश बेकार होगी। सिर्फ इतना ही समझ लेने पर आप चमत्कारपूर्ण ढंग से इस इच्छा की सपने में या वास्तविक जीवन में पुनरावृत्ति से मुक्त हो सकते हैं। फिर

यह इच्छा किसी ग्रथि या मनोग्रस्ति को जन्म नही देगी और आप को तग भी नही करेगी । इसी लिए सब विचारको न अपने को जानने (know thyself) पर जोर दिया ह । फ्रॉयड न इसी लिए कहा था कि सपनो को समझने से हम अपन को समझ सकत ह और चतन मन में लगे जाला को साफ़ कर सकत ह ।

नीचे के चित्र म मस्तिष्क में चतन और अवचतन मन की स्थितियो को दर्शाया गया ह ।

आइए अब पढ़िए कुछ एसे सपना की वैज्ञानिक व्याख्याए जो अधिकतर लोगो को दिखाई देत ह । इन्हें उदाहरणस्वरूप ही मानिए और सीध अपन सपनो पर लागू करन की गलती न कीजिए । अपन सपना की पूरी और सही व्याख्या व्यक्ति को पूरी तौर पर जानन के बाद ही सम्भव ह ।

(१) रेगिस्तान म धन

स्वप्न सपन म मैं एक विशाल रगिस्तान में अकेली बैठी हूँ । मुझ स कुछ दूरी पर कुछ लोग कोई खेल खेलन में लीन हैं । मेरा मन तो करता ह कि मैं भी उन के साथ खेलूं पर सकोच के कारण नही कर पाती । तभी मुझे रेत में एक चमकीला सिक्का पड़ा दिखाई देता ह । कुछ सेकंड बाद मुझे रेत में चारों ओर एसे ही सिक्के पड़े दिखाई देने लगते हैं ।

(२) नग्नावस्था

स्वप्न सपने में मैं सड़क पर दिगम्बरावस्था में चला जा रहा हूँ। इस डर से कि कोई मुझे इस हालत में देख न ले, म एक खम्बे के पीछे छिप जाता हूँ। तभी न मालूम कहा से कुछ लोग प्रकट हो कर मुझे घेर लेते हैं। मैं यह आशा करता हूँ कि ये लोग मुझे नग्नावस्था में नहीं देखगे।

व्याख्या इस सपने की दो व्याख्याएँ सम्भव ह। पहली—सपना देखने वाला बाल्यावस्था में पुन जीना चाहता ह उस बाल्यावस्था में जब न कोई चिन्ता थी, और न कपडे पहनने की फिक्र। दूसरी—सपना देखने वाला व्यक्ति अपने जीवन का कोई अप्रिय तथ्य लोगा स छिपाना चाहता ह, पर उसे डर ह कि वह ऐसा करने में सफल नही हो सकेगा।

(३) आकाश मे उडान

स्वप्न सपने में मैं अपनी प्रेमिका के साथ घूमने जा रहा हूँ। अचानक मुझे लगता ह कि मैं आकाश में आजादी से उडूँ। सोचने भर की देर है कि मैं ऐसा करने भी लगता हूँ। काश! मैं स्वतन्त्रतापूर्वक इस प्रकार आकाश में उडने के लिए स्वतन्त्र होता!

व्याख्या जिस व्यक्ति ने यह सपना देखा ह, वह निसन्देह वास्तविक जीवन में अपने को असहाय अनुभव करता ह। जिस प्रेमिका के साथ वह सपने में घूम रहा ह वह उस पर शादी करने का, या किसी और बात का दबाव डाल रही ह। इस दबाव से मुक्त होने के लिए सपना देखने वाला युवक सपने में आकाश में विचरण करता ह जहाँ वह कुछ भी करने के लिए स्वतन्त्र है।

(४) घर पहुँचने मे देरी

स्वप्न सपने में मेरी पत्नी ने शाम को बच्चे की वर्षगाँठ की पार्टी का आयोजन किया ह। मैं ऑफिस से ठीक समय पर घर पहुँचने की कोशिश करता हूँ, पर रोज की तरह मुझे ठीक समय पर बस नही मिलती। बस पर बस भरी हुई निकल जाती हैं, और मुझे जगह नही मिलती। कोई टक्सी वाला भी मुझे घर ले जाने को तैयार नही होता। साइकिल लेता ह तो वह भी रास्ते में खराब हो जाती ह।

व्याख्या सपना देखने वाला वास्तव में इस पार्टी में शामिल नही होना चाहता। वह कही और जाना चाहता था, सिनेमा देखने या दोस्तो के साथ रमी खेलने। यह सपना उस की पार्टी में शामिल होने की ऊपरी इच्छा और न होने की वास्तविक इच्छा में द्वन्द्व का सुन्दर प्रतीक ह। इस द्वन्द्व के कारण वह दोनो में से कोई भी इच्छा पूरी नही कर पाता।

(५) परीक्षा का भय

स्वप्न सपने में मैं परीक्षा-हॉल में बैठा हूँ। गणित का प्रश्नपत्र मेरे सामने है। पर उस का कोई भी प्रश्न मेरी समझ में नहीं आ रहा है और मेरा दिल बुरी तरह धड़क रहा है।

व्याख्या यह सपना एक ऐसे नवयुवक को दिखाई दिया था जिस ने कुछ दिन पहले ही काम पर जाना शुरू किया था। मन ही मन उसे डर है कि अपना काम ठीक ढंग से नहीं कर पायेगा। इस स्वप्न के माध्यम से वह अपने को यह आश्वासन दे रहा है कि जिस प्रकार परेशानियों के बावजूद वह विद्यार्थी काल में कठिन परीक्षाओं में सफल हो जाता था इसी प्रकार परेशानियों के बावजूद वह अपने काम में भी सफल हो सकेगा। सपना उस की वर्तमान मनोदशा का परिचायक है।

(६) प्रियजन की चोट

स्वप्न शहर के बाहर घूमते हुए मुझे अपने सर्वश्रेष्ठ मित्र का शव दिखाई देता है। यद्यपि मेरे मित्र की आयु ३५ वर्ष है तथापि सपने में मैं उसे १५ वर्ष का ही देख रहा हूँ। उसे मृत देख कर मुझे कोई दुःख नहीं होता। यही खयाल आता है कितना अच्छा लड़का था।

व्याख्या यह सपना एक ऐसे सिपाही को दिखाई दिया था जो दूसरी लड़ाई के दौरान कुछ दिनों के लिए छुट्टी पर घर आया था। उन्हीं दिनों उस का सर्वश्रेष्ठ मित्र जो वायुसेना में विमान चालक था खतरनाक उड़ानों में आता जाता रहता था। इस स्वप्न द्वारा स्वप्न देखने वाले ने अपने प्रिय मित्र के साथ सुखी दिन बिताने की दिली कामना व्यक्त की है उन दिनों कि जब वे दोनों मस्त नवयुवक थे।

(७) सपने में मौत

स्वप्न सपने में मैं अपने घर के पास एक महिला को खड़े देखता हूँ। वह मुझ से पूछ रही है कि मेरे बड़े भाई का दाह संस्कार कब होगा? अपने भाई की मृत्यु का समाचार पा कर मुझे बड़ा संताप होता है।

व्याख्या यह सपना देखने वाले व्यक्ति के अपने बड़े भाई के प्रति क्रोध का प्रतीक है। इस बड़े भाई ने छल कपट से अपने छोटे भाई की पूंजी हथिया ली थी और उस से अपनी दुकान में सारा दिन काम करवाने के बावजूद उसे पूरा वेतन नहीं देता था। छोटा भाई सचमुच अपने बड़े भाई की मौत नहीं चाहता पर ऐसी मौत हो जाय, तो उसे कोई दुःख नहीं होगा।

(८) ऊँचाई से गिरने का सपना

स्वप्न सपने में मैं एक ऊँची मीनार पर चढ़े चला जा रहा हूँ। बीच में मैं कुछ क्षणो के लिए नीचे जमीन की ओर देखता हूँ। कोई अदृश्य शक्ति मुझे नीचे की ओर खीचती प्रतीत होती ह। मैं अपने को रोक नहीं पाता, और नीचे गिरने लगता हूँ। *बीच में ही एक चीख के साथ मेरी आँख खुल जाती ह।*

व्याख्या ऐसा सपना प्राय उन व्यक्तियो को दिखाई देता ह जिन के मन में कोई तीव्र द्वन्द्व चल रहा होता ह। अपने को न रोक पाने के कारण नीचे गिरना प्रलोभनवश नतिक माग से 'पयच्युत' होने का प्रतीक ह। सपना देखने वाले व्यक्ति के इस अतद्वन्द्व के मूल में थी एक महिला, जिसे वह, विवाहित होने के बावजूद छिप छिप कर प्यार करता ह, और यह जान कर भी कि वह ऐसा कर के नतिक दृष्टि से अनुचित काय कर रहा ह, उसे प्यार करने स अपने-आप को रोक नही पाता।

(९) प्रेमी युवक वृद्ध बन गया

स्वप्न मैं एक कालेज-छात्रा हूँ। पिछले छह महीनों में मुझे सपने में कम से कम आठ दस बार यह दिखाई दे चुका ह कि म एक आकषक युवक के साथ घूमती रहती हूँ। *हम दानों एक दूसरे को प्यार करते हैं, पर मेरे आलिंगन करते ही वह प्रेमी युवक से वृद्ध बन जाता ह।*

व्याख्या यह सपना देखने वाली युवती मन ही मन विवाह करने से डरती ह। उस क माता पिता सदा आपस में लडते रहते थे, और इस कारण उसे लगता ह कि उस का ववाहिक जीवन भी अपने माता पिता के ववाहिक जीवन के समान दुखी होगा। प्रमो युवक उस को सुखी ववाहिक जीवन व्यतीत करने की आकाक्षा का प्रतीक ह, और उस का वृद्ध बन जाना इस बात का प्रतीक कि उस के मन में यह विश्वास घर कर गया है कि उस का वैवाहिक जीवन कभी सुखी नही हो सकेगा।

(१०) सपने म सपना

स्वप्न मैं ने सपना देखा कि मैं सपना देख रहा हूँ कि मेरी पत्नी की मृत्यु हो गयी ह। सपने में मैं ने यह भी देखा कि सपने के अन्दर दिखाई देने वाले इस सपने से जाग कर मैं ने पत्नी की मृत्यु की बात अपने एक साथी को बतायी।

व्याख्या यह एक काफी पेचीदी पर साथ ही दिलचस्प समस्या ह। इस की स्पष्ट व्याख्या तो यही ह कि सपना देखने वाला वास्तविकता को सपने में बदलने का इच्छुक ह। यह सपना जिस व्यक्ति को दिखाई दिया था उसे डाक्टरों ने बताया था कि उस की पत्नी को राजयक्ष्मा रोग हो गया ह। इस सपने के माध्यम से यह व्यक्ति इस 'दु खद समाचार को सुनने की हार्दिक इच्छा को व्यक्त कर रहा ह। पर साथ ही

वह यह भी चाहता है कि पत्नी की मृत्यु का तथ्य मात्र स्वप्न न धारण करे, और सपना ही बना रहे।

(११) वेतन मे वृद्धि

स्वप्न मैं ने सपने में देखा कि मेरे बास ने आ कर मुझ से कहा है कि भविष्य में मुझे वेतन में २५ रुपये अधिक मिला करेंगे। जाग्रतावस्था में मैं ने पाया कि सचमुच मेरे वेतन में २५ रुपये की वृद्धि हुई है।

व्याख्या इस स्वप्न द्वारा स्वप्न देखने वाले ने इस वृद्धि की साक्षात कामना की है। वह अच्छा काम कर रहा था और उस के अवचेतन मन को ज्ञात था कि उसे शीघ्र ही २५ रुपये की वार्षिक वृद्धि मिलने वाली ही है। उसे यह स्वप्न इस लिए दिखाई दिया कि उस के चेतन मन को इस बात का पक्का भरोसा नही था कि यह वृद्धि मिलेगी ही।

(१२) सपने मे गिरफ्तारी

स्वप्न मुझे प्राय सपने में दिखाई देता है कि मुझे गिरफ्तार कर के मुझ पर मुकदमा चलाया गया है, और अपराधी पा कर जेल भेज दिया गया है।

व्याख्या इस स्वप्न की व्याख्या यही है कि आपका अवचेतन मन आपने को किसी ऐसे अपराध के लिए गुनहगार ठहराता है, जिस के लिए आप का चेतन मन आप को अपराधी नही समझता, या वह उस अपराध को दबाना और भुलाना चाहता है। चूंकि चेतन और अवचेतन के संघर्ष में जीत हमेशा अवचेतन की ही होती है इस लिए यहाँ भी अवचेतन ने अपनी 'विजय' का इस स्वप्न प्रतीक के रूप में साकार किया है

(१३) जानवर या मछलिया पकडना

स्वप्न मैं २३ वर्ष का युवक हूँ और एक बैंक मे क्लर्क हूँ। मुझे एक सपना बार-बार दिखाई देता है। इस सपने में या तो मैं जगली जानवर पकडता हूँ या मछलियाँ पकडता हूँ।

व्याख्या इस स्वप्न की अनेक व्याख्याएँ सम्भव हैं। यदि बैंक में काम करने से पहले आप जानवर या मछलियाँ पकडने का काम करते थे, तो इस स्वप्न का अर्थ यह हो सकता है कि आप पुन वही काम करने के इच्छुक हैं पर कर नही पाते। स्वप्न की दूसरी व्याख्या के अनुसार आप किसी ऐसी वस्तु या किसी ऐसे व्यक्ति का अपने वश में करना चाहते हैं जो आसानी से उपलब्ध नही है और जिस की प्राप्ति के लिए काफ़ी चतुराई और कुशलता की आवश्यकता है। यह तथ्य कि यह सपना

बार-बार दिखाई देता ह, इस बात का सूचक ह कि जिस व्यक्ति या वस्तु को पाने की इच्छा है, वह जीवन की किसी मूलभूत आवश्यकता से सम्बन्धित ह।

(१४) झील

स्वप्न मुझे सपने में एक प्रशान्त झील अक्सर दिखाई देती ह।

व्याख्या यह स्वप्न इस बात का सूचक ह कि सपना देखने वाला जीवन में और अधिक प्रगति करने के लिए आराम और शान्ति चाहता ह जो उसे फिलहाल उपलब्ध नही है।

(१५) लिफ्ट और सीढिया

स्वप्न मुझे सपने में दिखाई दिया कि म बार-बार एक लिफ्ट में ऊपर-नीचे आ जा रहा हूँ। सपने के अन्त में मैं ने देखा कि लिफ्ट मुझे छोड कर चली गयी ह, और मैं सीढियो द्वारा ऊपर जा रहा हूँ।

व्याख्या लिफ्ट में उतार चढ़ाव सपना देखने वाले व्यक्ति की जीवन में सघष के बाद सफलता प्राप्त करने की कामना का द्योतक ह। सपने का अन्त इस बात का सूचक ह कि उस में आत्मविश्वास की कमी ह, और उसे सफलता अथक श्रम करने के बाद ही प्राप्त होगी।

(१६) गुफा

स्वप्न सपने में गुफा अकसर दिखाई देती ह।

व्याख्या सपने में गुफा का दिखाई देना इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाले को सुरक्षा की तलाश ह। जब तक उसे इच्छित सुरक्षा नही मिल जाती, गुफा का सपना बार बार दिखाई देता रहेगा। कभी-कभी गुफा का सपना स्त्री-सुख की कामना करने वालो को भी दिखाई देता ह।

(१७) सपने म बिना सिर वाला व्यक्ति

स्वप्न सपने में बिना सिर वाला व्यक्ति दिखाई दिया था।

व्याख्या वयस्क व्यक्ति दूसरे व्यक्ति की पहचान उस का चेहरा देख कर करता ह। पर, शिशु माँ को उस के चेहरे से नहीं, उस के स्तनों से पहचानता ह, ऐसा मनोवैज्ञानिकों का कथन ह। सपना देखने वाला वयस्क हो जाने के बावजूद, इस सपने के माध्यम से दुबारा शिशु बन कर निर्द्वन्द्व जीवन जीना चाहता ह।

(१८) नंगे पाँव भ्रमण

स्वप्न सपने में मैंने अपने आप को नंगे पाँव भ्रमण करते देखा। वास्तविक जीवन में मैं कभी नंगे पाँव भ्रमण नहीं करता।

व्याख्या नंगे पाँव भ्रमण करने के सपने के अर्थ हैं कि सपना देखने वाले ने कोई गुप्त अपराध किया है, जिस के पश्चातापस्वरूप वह नंगे पाँव भ्रमण करना चाहता है।

(१९) सपने में सर्पदर्शन

स्वप्न मुझे सपने में साँप दिखाई दिया।

व्याख्या फ्रॉयड ने सर्प को पुरुषत्व का प्रतीक माना है। उन के अनुसार सपने में साँप उन महिलाओं को अधिकतर दिखाई देता है, जिन की सेक्स की प्यास अधूरी है। पर आधुनिक स्वप्नशास्त्री साँप को प्रेम और उपचार का प्रतीक भी मानते हैं, तथा सपने में उस का आना शुभ मानते हैं।

(२०) सपने में नरभक्षकों के दर्शन

स्वप्न सपने में नरभक्षकों के दिखाई देने के क्या अर्थ हैं ?

व्याख्या सपना में नरभक्षकों का दिखाई देना इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाले की आदिम प्रवृत्तियाँ काफी सजग और सक्रिय हैं। यदि नरभक्षक सपना देखने वाले व्यक्ति को खाते दिखाई दें, तो यह समझना चाहिए कि उस व्यक्ति की उद्दाम और आदिम प्रवृत्तियाँ उस के विनाश का कारण बनेंगी। व्यक्ति नरभक्षकों को वश में कर ले तो मानना चाहिए कि वास्तविक जीवन में भी वह संयम द्वारा अपने चंचल मन को वश में रखने में सफल हो सकेगा।

(२१) जिन्दा गाड़े जाने का सपना

स्वप्न मुझे सपना दिखाई दिया कि मुझे जिन्दा कब्र में गाड़ा जा रहा है।

व्याख्या यह सपना प्रायः उन्हीं व्यक्तियों को दिखाई देता है, जिन का जन्म काफी कठिनाई से हुआ हो। ऐसे व्यक्तियों का अवचेतन मन उस कठिनाई को नहीं भुला पाता और इस सपने के माध्यम से उस घटना को याद कर लेता है। एक बार ऐसा सपना देखने वाले व्यक्ति को इस की व्याख्या समझा दी जाये तो यह सपना दीखना बन्द हो जाता है।

(२२) ट्रेन छूटने का सपना

स्वप्न मुझे सपने में दिखाई दिया कि मुझ से वह ट्रेन छूट गयी, जिस में जाना मेरे लिए बहुत जरूरी था। इस सपने का क्या अर्थ हो सकता है?

व्याख्या ऐसा सपना उन व्यक्तियों को दिखाई दे सकता है, जो मृत्यु से भयभीत रहते हैं। मृत्यु को 'अंतिम यात्रा' माना जाता है। इस सपने के माध्यम से सपना देखने वाला व्यक्ति अपने को यह आश्वासन देता है कि वह मृत्यु के भय से पीड़ित है, पर मौत को चकमा दे सकता है।

(२३) लाल गुलाब

स्वप्न मुझे सपने में एक हाथ दिखाई दिया जो सफेद, गुलाबी और लाल रंग के गुलाब के फूल ले रहा था। इस हाथ के अदृश्य मालिक ने मुझ से पूछा कि तीनों गुलाबों में से मुझे कौन-सा पसंद है? मैं ने लाल गुलाब पसन्द किया।

व्याख्या यदि आप ने लाल गुलाब पसन्द किया है, तो इस के अर्थ यह है कि आप रोमांसप्रिय हैं, दूसरों को उत्कटतापूर्वक प्रेम करते हैं, और स्वयं उन से भी आशा करते हैं, कि वे भी आप को उतनी ही उत्कटता से प्यार करें। लगता है आप अकेले हैं और आप को प्रेम करने वालों की संख्या अधिक नहीं है। यदि आप ने सफेद गुलाब पसन्द किया होता तो इस के अर्थ होते कि आप पवित्रता और शुद्ध प्रेम को सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण मानते हैं। गुलाबी रंग का फूल पसन्द करने के अर्थ होते हैं कि आप सन्तुलित जीवन व्यतीत करते हैं, और साधारण प्रेम प्रदर्शन से ही सन्तुष्ट हो जाते हैं।

(२४) बन्दर

स्वप्न मुझे सपनों में बन्दर अक्सर दिखाई देते हैं।

व्याख्या सिर्फ बन्दर दिखाई देने के अर्थ तो यही हैं कि आप को आदमी का कमजोर, बचकाना और चंचल रूप पसन्द है। यदि आप ने स्वयं को बन्दर के रूप में देखा है तो इस के अर्थ हैं कि आप अपने को तुच्छ और महत्त्वहीन मानते हैं। यदि आप को आप का कोई मित्र बन्दर के रूप में आचरण करता हुआ दिखाई दिया है तो इस के अर्थ हैं कि आप उसे अधिक महत्त्व नहीं देते और वह आप के लिए मजाक और खिलवाड़ का ही साधन है। अपने पति को बन्दर के रूप में देखने वाली महिला उसे मामूली आदमी समझती है। उस के प्रति द्वेषभाव रखती हुई वह यह भी समझती है कि उसे बन्दर की तरह नाच नचा कर ही वश में रखा जा सकता है।

(२५) चाकू

स्वप्न मुझे सपनों में चाकू दो बार दिखाई दिया। एक बार यह मेरे हाथ में था तथा दूसरे अवसर पर मेरे एक परिचित के हाथ में।

व्याख्या आप के हाथ में चाकू होने के अर्थ है कि आप किसी से जबरदस्ती कोई बात मनवाना चाहते हैं। आप के परिचित के हाथ में चाकू होना इस बात को दर्शाता है कि आप को उस व्यक्ति से यह भय है कि वह कभी भी आप पर छिप कर वार कर सकता है। इस सपने का दिखाई देना इस बात का भी द्योतक है कि आप इस परिचित से पूरी तरह सावधान हैं।

(२६) दूध

स्वप्न मुझे प्राय सपने में एक महिला अपने बच्चे को दूध पिलाती दिखाई देती है।

व्याख्या दूध और मातृत्व का गहरा सम्बन्ध है। आप के सपने की व्याख्या इस प्रकार की जा सकती है आप या तो मातृसुख से वंचित हैं, और आप को उस की कामना है, या आप स्वयं किसी को इस प्रकार प्यार करती हैं और उसे मातृसुख पहुँचाना चाहती हैं।

(२७) कैंची

स्वप्न मैं ने सपने में अपने को कई बार कैंची हाथ में लिये देखा है।

व्याख्या कैंची काटने के काम आता है। सपने में कैंची दिखाई देने के अर्थ है कि आप किसी वस्तु या व्यक्ति से कटना चाहते हैं। एक दूसरा अर्थ यह भी है कि आप स्वयं किसी को काटने के इच्छुक हैं—किसी वस्तु को या किसी व्यक्ति को।

(२८) नृत्य

स्वप्न अपने सपनों में मैं या तो स्वयं अकेली नृत्य करती हूँ या किसी अपरिचित युवक के साथ नृत्य करती हूँ।

व्याख्या नृत्य का सपना प्रेम लालसा का प्रतीक है। अकेले नृत्य करने का सपना इस बात का द्योतक है कि आप सिर्फ अपने को ही चाहती हैं या अपने आप को सब से अधिक चाहती हैं। किसी अपरिचित युवक के साथ नृत्य करने का सपना यह बताता है कि आप किसी अपरिचित युवक के प्रणय की प्यासी हैं। यदि आप सपने में दिखाई देने वाले अपरिचित युवक का हुलिया बता सकें तो यह स्पष्ट हो जायेगा कि आप के मन में किस प्रकार के युवक के प्रेम की कामना है।

(२९) घड़ी या कैलेण्डर

स्वप्न सपने में घड़ी या कलेण्डर दिखाई देने के क्या अर्थ हैं ?

व्याख्या दोनों ही बीतते हुए समय के प्रतीक हैं। इन का सपने में दिखाई देना इस बात का संकेत है कि आप को इस बात की तीव्र चेतना है कि आप की जिन्दगी के दिन बड़ी तेजी से बीतते चले जा रहे हैं, और यह भी कि आप मृत्यु की कल्पना से भयभीत हैं।

(३०) मद्यपान

स्वप्न मैं शराब नहीं पीता, पर सपने में प्रायः अपने को शराब पीते हुए देखता हूँ। क्या आप इस विरोधाभास का कारण बतायेंगे ?

व्याख्या सपने में किसी द्रव पदार्थ (वह दूध हो या शराब) के पीने के अर्थ हैं कि ऐसे सपने देखने वाला व्यक्ति जीवन की समस्याओं से परेशान हो कर बचपन के दिनों की कामना करता है जब वह चिन्तारहित जीवन व्यतीत करता था और उस का आहार द्रव पदार्थ ही थे। बचपन में उस की, सुरक्षा की जिम्मेवारी औरों पर थी। चूँकि अब वह अपनी सुरक्षा की जिम्मेवारी किसी और को नहीं सौंप सकता, इसलिए सपनों के कल्पनालोक में अपनी बाल्यावस्था की कल्पना कर, कुछ देर के लिए, जीवन की कटु समस्याओं से छुटकारा पा लेता है।

पर, आप सपने में दूध नहीं शराब पीते हैं। इस का अर्थ भी यही है कि आप को उस मानसिक स्वतन्त्रता और आत्मलीनता की तलाश है, जो एक शराबी शराब पी कर आसानी से पा लेता है। जब तक आप डट कर जीवन की समस्याओं से नहीं जूझेंगे, और उन से कतराते ही रहेंगे, तब तक आप को यह सपना दिखाई देता रहेगा।

(३१) धन

स्वप्न मैं एक निर्धन व्यक्ति हूँ, पर सपनों में असीमित धन से खेलता हूँ।

व्याख्या जाग्रतावस्था के समान स्वप्नावस्था में भी धन शक्ति, सत्ता और अधिकार का प्रतीक है। आप के चेतन मन को धन की आवश्यकता अनुभव होती है। पर चूँकि यह पूरी नहीं हो पाती, इसलिए इस की पूर्ति आप असीमित धन से खेलने का सपना देखकर कर लेते हैं। साथ ही यह सपना इस बात का भी द्योतक है कि दूसरे लोग आप से अधिक प्रभावित नहीं होते और आप चाहते हैं कि आप के पास अधिक से अधिक रुपया होता तो आप, अपने अन्दर अन्य कोई गुण या योग्यता न होने के बावजूद उन्हें रुपये के बल पर प्रभावित कर सकते, और अपने को उन से बेहतर समझते।

महिलाओं को सपने में धन दिखाई पड़ने के अर्थ हैं कि वे अपने पति या रिश्तेदारों के प्रेम से सन्तुष्ट नहीं हैं, और चाहती हैं कि वे भी पुरुषों की भाँति धन अर्जित करें।

(३२) गुड़िया या कठपुतली

स्वप्न मैं सपनों में गुड़िया या कठपुतली से खेलता हूँ। पर, वास्तविक जीवन में मेरा वास्ता न गुड़िया से पड़ता है न कठपुतली से।

व्याख्या इस सपने के दो अर्थ हो सकते हैं—(१) आप अपने को कठपुतली की भाँति बेसहारा अनुभव करते हैं और यह भी अनुभव करते हैं कि लोग आप को मनचाहा नाच नचा सकते हैं। (२) आप उस व्यक्ति को जो आप को मनचाहा नाच नचाता है गुड़िया या कठपुतली की भाँति दूसरों के हाथों का खिलौना बना देखना चाहते हैं।

(३३) सीढ़ी

स्वप्न मेरे हर सपने की कोई न कोई वस्तु अचानक सीढ़ी का रूप धारण कर लेती है।

व्याख्या 'सफलता की सीढ़ी' मुहावरा प्रसिद्ध है। आप के सपनों की कोई न कोई वस्तु सदा सीढ़ी का रूप धारण कर लेती है यह इस बात का परिचायक है कि आप धीरे धीरे प्रगति कर के किसी वस्तु या आकांक्षा को प्राप्त करना चाहते हैं। आप जानते हैं कि इस वस्तु या आकांक्षा की प्राप्ति सतत श्रम करने से ही सम्भव है। इस सपने से प्रेरित हो कर अपने प्रयत्न जारी रखिए।

(३४) जुए में भाग लेना

स्वप्न मैं एक व्यस्त गृहिणी हूँ। चार बच्चे हैं। घर के काम से एक क्षण को भी फुर्सत नहीं मिलती। पर सपने में अपने को दाँव लगा कर ताश खेलते देख कर दंग रह जाती हूँ।

व्याख्या इस सपने से दंग होने की कोई आवश्यकता नहीं है। यह सपना इस बात को दर्शाता है कि आप को मन ही मन यह आशा है कि जुए में विजय-लाभ से ही कभी आप का भाग्योदय होगा। शायद आप यह जानती हैं कि पति की सीमित आमदनी में से आप कभी कुछ नहीं बचा पायेंगी। आप का चेतन मन आप के संस्कारों के कारण जुए को बुरा समझता है इसलिए जागृतावस्था में जुएबाजी के बारे में सोचना भी आप को अच्छा नहीं लगता। लेकिन आप का अवचेतन मन जो इस सपने के मूल में है, संस्कारों और सामाजिक मान्यताओं से बाध्य नहीं।

यदि किसी ऐसे पुरुष का, जो जुएबाजी को बुरा नहीं मानता, जुए में भाग लेने का सपना दिखाई दे तो इस का अर्थ यह हो सकता है कि वह भाग्यलक्ष्मी की प्रसन्नता के बल पर अपनी प्रेमिका को पाने की आशा करता है।

(३५) जहाज द्वारा यात्रा

स्वप्न एक सपना मुझे बार बार दिखाई देता है मैं पानी के जहाज द्वारा लम्बी यात्रा कर रहा हूँ। जाग्रतावस्था में पानी के जहाज द्वारा यात्रा करने का विचार मेरे मन में शायद ही कभी आया हो।

व्याख्या पानी का जहाज अपेक्षाकृत मन्द होते हुए भी अपने लक्ष्य पर पहुँच ही जाता है। सपने में यह आप को दिखाई देता है यह इस बात का संकेत है कि आप का जीवन फ़िलहाल अव्यवस्थित है पर आप उस में व्यवस्था लाने के इच्छुक हैं और यह व्यवस्था धीरे धीरे ही आयेगी।

(३६) कार चलाने का सपना

स्वप्न रोज बस से सफर करता हूँ, पर सपने दिखाई देते हैं कार चलाने के।

व्याख्या यह एक शुभ संकेत है कि आप समृद्ध और आत्मतुष्ट होना चाहते हैं।

(३७) हाथों में हथकडी

स्वप्न मैं ने अपने आप को हथकडी पहने देखा।

व्याख्या आप की अन्तरात्मा आप को विवश कर रही है कि आप किसी ऐसे गुप्त अपराध को स्वीकार कर लें, जो आप ने औरों से ही नहीं, स्वयं अपने चेतन मन में भी छिपा रखा है।

(३८) आग

स्वप्न अच्छे भले चल रहे सपने में अचानक आग का दृश्य दिखाई देने लगता है।

व्याख्या अर्थ स्पष्ट है। आप प्रबल मनोभावों वाले व्यक्ति हैं। चूंकि, परिस्थितिवश, ऐसे मनोभाव जीवन में व्यक्त करने के अवसर आप को अधिक नहीं मिलते, अतः यह अभिव्यक्ति आप के सपनों में आग के लपटों के रूप में होती है।

(३९) भटकीले रंग

स्वप्न मुझे सपने में हर रंग भटकीला सा क्यों दिखाई देता है ?

व्याख्या आप भी प्रबल मनोभावों वाले उग्र व्यक्ति हैं। जितनी जल्दी नाराज होते हैं उतनी ही जल्दी खुश भी हो जाते हैं। अपने जोश को अपने लिए उपयोगी बनाइए उसे एक सही दिशा प्रदान कर दें।

(४०) स्वादिष्ट खाद्य पदार्थ

स्वप्न वाह ! कैसे-कैसे स्वादिष्ट खाद्य पदार्थ दिखाई देते हैं सपनों में। काश ! उन के दर्शन वास्तविक जीवन में भी हो सकते !

व्याख्या सपनों में स्वादिष्ट खाद्य पदार्थों के दर्शन कर आप सुखी और सुरक्षित होने की अपनी आदिम आकांक्षा की पूर्ति कर लेते हैं। जब आप वास्तव में सुखी और सुरक्षित हो जायेंगे, तो इन खाद्य पदार्थों के दर्शन आप को वास्तविक जीवन में भी होने लगेंगे।

(४१) दांतों का गिरना

स्वप्न मुझे सपने में अपने दांत गिरते दिखाई दिये। वैसे मेरे सभी दांत स्वस्थ हैं।

व्याख्या आप को सावधानी बरतने की जरूरत है। आप के अन्दर आत्म नाशक प्रवृत्तियाँ घर करती जा रही हैं। इन प्रवृत्तियों का उन्मूलन जितनी जल्दी कर सकें उतना ही अच्छा। इस सपने का एक दूसरा अर्थ यह भी हो सकता है कि आप ज्यादा समझदार होते जा रहे हैं।

(४२) अपने अंगों को छीलना

स्वप्न इधर मुझे सपनों में किसी न किसी प्रसंग में एक बात अवश्य दिखाई दे जाती है। वह यह कि मैं हाथ में जो भी चीज होती है—चाकू, कलम, चम्मच आदि—उस से अपने शरीर के किसी अंग को छीलना आरम्भ कर देती हूं। इस अजीब बात से मैं काफी परेशान हो जाती हूं।

व्याख्या आप के अन्दर भी आत्मनाशक प्रवृत्तियाँ घर करती जा रही हैं। हीनभावना का परित्याग कर आत्मविश्वास के साथ जीवन की समस्याओं से जूझिए उस से कतराइए नहीं।

(४३) आकर्षक पुष्प

स्वप्न कल रात सपने में अनेक रंगीन और नयनाभिराम पुष्प दिखाई दिये।

व्याख्या आप रोमांटिक प्रेम के भूखे हैं, और एक साथ कई लड़कियों से प्रेम करने के इच्छुक हैं।

(४४) धमाका

स्वप्न   सपने में धमाका सुनाई' दिया था।

व्याख्या   आप सकोचशील व्यक्ति प्रतीत होते ह और अपने जीवन की मामूली से मामूली बात का भी औरो स छिपा कर रखते ह। सपने में धमाका 'सुनाई देना इस बात को दर्शाता ह कि आप को यह डर ह कि जिन बातों को आप दूसरो से छिपाते आ रहे ह, व सब एक दिन किसी करिश्मे स जगजाहिर हो जायेंगी।

(४५) खुले दरवाज

स्वप्न   मुझे सपना में जो भी दरवाजे या खिडकियां दिखाई देती हैं सब खुली ही दिखाई देती हैं। ऐसा क्या ?

व्याख्या   क्षमा करें आप का मन यौन सुख के लिए बेताब है। यदि अभी तक अविवाहित ह   तो शीघ्र ही विवाह कर लीजिए। नही तो आप के बदचलन हो जाने का डर ह।

(४६) घर

स्वप्न   मेरे सारे सपने किसी घर के इद गिद ही घूमते रहते ह।

व्याख्या   और वे तब तक घूमते रहेंगे, जब तक आप अपनी गृहस्थी नही बसा लेते।

(४७) डॉक्टर

स्वप्न   मेरे सपने का कोई न कोई पात्र डॉक्टर अवश्य होता ह।

व्याख्या   शायद आप के पिता नहीं रहे। या, यदि वे जीवित हैं तो उन्होंने आप की उचित देख भाल—खासतौर पर स्वास्थ्य की उचित देख भाल—नही की।

(४८) महासागर

स्वप्न   सपनों में महासागर न जाने कहां से और कैसे आ जाता है। उस की लहरें मुझे अपने आगोश में लने का व्यग्र दिखाई दती ह।

व्याख्या   आप मां के निस्सीम प्यार के भूखे ह। यदि सपने में कोई नस, वद्धा या गाय दिखाई द, तो वह भी मां के प्रेम की प्यास का निशानी ह।

(४९) सेब

स्वप्न   मैं सपने में ताजे और चमकीले सब खूब खाता हूं, जब कि वास्तविक जीवन में उन के दशन भी दुर्लभ ह।

व्याख्या   वास्तविक जीवन में आप को सेब ही नही, सच्चे प्यार क भी (जिस का प्रतीक बन कर सब आप क सपने में आता ह) दशन दुलभ प्रतीत होते हैं। कही, आप क सब जरूरत से ज्यादा पके हुए तो नहा होते। यदि ऐसा ह, तो

व्याख्या : बैंक में अनेक व्यक्तियों की धनराशि जमा होती है। इस लिए बैंक को मानव शक्तियों के केन्द्र का प्रतीक माना जा सकता है। आप के सपने का अर्थ यही हो सकता है कि आप अपने तन-मन में निहित शक्तियों और क्षमताओं से भली भाँति परिचित हैं पर किसी ज्ञात या अज्ञात कारणवश उन का पूरा उपयोग नहीं कर पाते। उस ज्ञात या अज्ञात कारण को दूर करते ही आप अपनी शक्तियों का पूरा उपयोग करने में समर्थ हो सकेंगे। तब आप को यह सपना भी नहीं दिखाई देगा।

(५६) चोर

स्वप्न : सपने में मैं ने देखा कि काफ़ी सावधानी के बावजूद चोर रेल के डिब्बे से मेरा सामान चुरा कर ले गये हैं। इस सपने के क्या अर्थ हो सकते हैं?

व्याख्या : चोरों का सपना बाल्यावस्था से ही दिखाई देने लगता है। बेचारे बच्चे की सब चीजें कोई न कोई चुरा कर ले जाता है, और वह कुछ नहीं कर पाता। आप के सपने के अर्थ हैं कि दुनिया में आप अपने को काफ़ी अरक्षित और असहाय अनुभव करते हैं।

(५७) टूटा प्याला

स्वप्न : सपने में मैं प्याले में पानी पी रहा था कि अचानक प्याला टूट कर नीचे गिर पड़ा।

व्याख्या : अखण्डित प्याला आप के समूचे और अखण्डित व्यक्तित्व का प्रतीक है और टूटा प्याला खण्डित व्यक्तित्व का। जल जीवनीशक्ति का परिचायक है। इन प्रतीकों के आधार पर आप के सपने के अर्थ हुए कि आप का व्यक्तित्व आप के ही किसी जोश भरे पर गलत काम से खण्डित होना आरम्भ हो गया है। अब चूँकि इस गलत काम का पता आप के चेतन मन को भी लग गया है, इस लिए उस से दूर रह कर आप अपने जीवन को पुनः पूर्ण और बिना टूटे प्याले की भाँति उपयोगी बना सकते हैं। इस सपने के माध्यम से आप के अवचेतन ने आप के चेतन मन को इस गलत काम का संकेत दिया है।

(५८) पक्षाघात

स्वप्न : सपने में मैं यह देख कर स्तब्ध रह गया कि मैं पक्षाघात का शिकार हो गया हूँ। क्या यह इस बात का सूचक है कि मैं सचमुच पक्षाघात का शिकार हो जाऊँगा।

व्याख्या : फ्रॉयड के अनुसार पक्षाघात का सपना किसी गम्भीर अन्तर्बाधा को व्यक्त करता है और प्रायः ऐसे लोगों को दिखाई देता है जो अपनी यौन इच्छाओं की पूर्ति सहज और स्वाभाविक ढंग से नहीं कर पाते। साधारणतया, पक्षाघात का सपना किसी अटकाव का प्रतीक है।

(५९) पतझड

स्वप्न मैं ने सपने में देखा कि मैं एक रेल में सफर कर रहा हूँ। जैसे-जैसे रेल आगे बढ़ रही है, खिड़की से दिखाई देने वाले वृक्षों के पत्ते उड़ते जा रहे हैं और फिर अन्त में पतझड़ हो जाता है।

व्याख्या फला फूला वृक्ष सुखी और सफल जीवन का प्रतीक है, और फल-फूल पत्तियों से शून्य वृक्ष रिक्त जीवन का प्रतीक। आप के सपने से पता चलता है कि आप को यह आशंका है कि जैसे जैसे जीवन बीतता जायेगा, आप की सफलता और उपयोगिता भी क्रमशः समाप्त होती जायेगी।

(६०) परदा

स्वप्न मैं कभी परदा नहीं करती, पर उस दिन सपने में अपने को परदे में देख कर दंग रह गयी।

व्याख्या परदा इस बात का संकेत है कि आप जैसी हैं उस से बेहतर रूप में लोगों के सामने अपने को पेश करना चाहती हैं। इस प्रकार परदा पाखण्ड का प्रतीक हो जाता है। ईमानदारी से अपने को टटोलिए कहीं आप सचमुच कपटी तो नहीं हैं। यदि कभी आप का सपने में यह दिखाई दे कि कोई इस परदे को उठा रहा है तो समझ लीजिए कि आप का विवेक आप को पाखण्डी न बनने की सलाह दे रहा है और अपनी प्रतीकात्मक भाषा में कह रहा है कि एक न एक दिन आप अपने 'स्व' से साक्षात्कार अवश्य करेंगी, और छलरहित जीवन जीना सीखेंगी।

(६१) कार में 'ड्राइवर' के साथ

स्वप्न मैं अपनी कार खुद चलाता हूँ। पर, कुछ दिन पहले मैं ने सपने में देखा कि मेरी कार एक अजनबी ड्राइवर चला रहा है। मैं उस ड्राइवर से बहुत नाराज हूँ क्योंकि वह कार बहुत तेजी से चला रहा है, और मेरे मना करने पर भी अपनी रफ्तार कम नहीं करता।

व्याख्या आप किसी ड्राइवर से नहीं, खुद अपने-आप से नाराज हैं। सपने में आप की कार चलाने वाला ड्राइवर और कोई नहीं खुद आप ही की 'द्वितीय आत्मा' है। बहुत तेजी से कार चलाने वाली इस द्वितीय आत्मा से आप के व्यक्तित्व का वह पक्ष जो विवेकी और सन्तुलित है काफी नाराज रहता है। इस नाराजगी को अभिव्यक्ति मिली इस निराले सपने में, जिस ने अपने स्वयं के बिगड़े हुए रूप को एक अजनबी ड्राइवर के रूप में देखा।

(६२) पुस्तक में हीरा

स्वप्न मैं ने सपने में देखा कि मैं ने अपने व्यवसाय से सम्बन्धित एक पुस्तक अध्ययन के लिए खोला। खोलते ही मुझे उस में एक हीरा दिखाई दिया।

व्याख्या यह सपना इस बात का संकेत है कि आप को विश्वास है कि उस पुस्तक के अध्ययन से आप को अपने व्यवसाय में लाभ होगा।

(६३) मेरा साया साथ होगा

स्वप्न एक भयंकर सपने की याद मुझे कभी नहीं भूलती। मैं ने देखा कि मैं घर पर बैठा कुछ लिख रहा हूं। अचानक मुझे किसी कागज की जरूरत पड़ती है और मैं मेज की डाअर खोलता हूं। उस में कागज के स्थान पर एक छोटे आकार के कंकाल को देख कर चकित रह जाता हूं। जैसे ही मैं ने इस कंकाल को निकालने की कोशिश की उस का आकार क्रमशः बढ़ने लगा। जब वह आदमकद हो गया तो मैं ने उसे एक बड़े सन्दूक में बन्द कर दिया। इस सन्दूक को ले कर मैं एक नदी के किनारे आया जहां मैं ने कंकाल को डुबाने की कोशिश की। पर, कंकाल डूबने के स्थान पर तैरने लगा। बड़ी मुश्किल से मैं उसे डुबाने में सफल हो पाया। इस के बाद मैं ने अपने आप को स्टेशन के एक प्लेटफार्म पर पाया जहां रेलवे के एक कर्मचारी ने मुझ से कहा आप की ट्रेन इस प्लेटफार्म पर शीघ्र ही आने वाली है।'

व्याख्या यह सपना इतना भयंकर नहीं है जितना आप सोच रहे हैं। आप चाहें तो इस सपने के सन्देश से लाभ उठा कर अपना जीवन सुखी और सफल बना सकते हैं। आप एक लज्जालु और हीन भावना से ग्रस्त व्यक्ति हैं पर लोगों को ऐसा जताते हैं कि आप बहुत 'स्मार्ट' और जीवट वाले व्यक्ति हैं। सपने में आप को दिखाई देने वाला कंकाल असल में उन गलत धारणाओं का प्रतीक है जो आप अपने मन में अपने तई पाले हुए हैं। यह सपना यह दर्शाता है कि आप इन धारणाओं के अस्तित्व से परिचित हैं और उन्हें अपने स्मृति भण्डार से अलग करने के लिए प्रयत्नशील रहते हैं। अभी तक आप अपने प्रयत्नों में सफल नहीं हुए हैं पर यदि आप इन गलत धारणाओं, गुप्त आकांक्षाओं तथा पेचीदी समस्याओं से अपने को मुक्त कर लें, तो आप को नवजीवन प्राप्त हो सकेगा।

(६४) साले को मरने से बचाया

स्वप्न मुझे सपने में दिखाई दिया कि मेरा साला नाव में बैठ कर नदी पार कर रहा है। सहसा नाव डूबने लगती है। किनारे में खड़ा हुआ मैं फौरन नदी में कूद पड़ता हूं और उस को बचा कर लाता हूं। उसे बचाने में मुझे बड़ा कष्ट होता है तथा अपने साले को सकुशल किनारे पर ला कर मैं बेहोश हो जाता हूं।

व्याख्या फ्रॉयड ने एक स्थान पर कहा है कि आदमी अपनी जिस इच्छा की पूर्ति वास्तविक जीवन में नहीं कर पाता उस की पूर्ति सपनों के मायालोक में करने का प्रयत्न करता है। आप एक नीरस और साधारण जीवन व्यतीत कर रहे हैं। इस सपने के माध्यम से आप खुद अपने को यह आश्वस्त करना चाहते हैं कि वक्त पड़ने पर

आप कोई असाधारण काय कर सकते हैं। यह सपना प्रसिद्धि की आप की ललक को दर्शाता ह।

(६५) खोया टिकट

स्वप्न सपने में देखा कि मित्रों ने प्रोग्राम बनाया ह कि बम्बई जा कर जूहू में समुद्र में स्नान करेंगे। वे मुझे भा अपन इस प्रोग्राम में शामिल कर लेते हैं। मैं तैयारी कर लेता हूं। पर जब चलने का समय आता ह तो मेरा रेल का टिकट, जो रिजर्व सीट के लिए था, नही मिलता। बहुत ढूंढने पर भी यह टिकट नहीं मिला।

व्याख्या यह स्वप्न दर्शाता है कि आप या तो समुद्र स्नान से डरते ह या मौत से। टिकट का न मिलना इस बात का सकेत है कि आप इस बहाने समुद्र-स्नान या मौत की प्रत्येक सम्भावना से बचने की कोशिश करते ह।

(६६) आवारा

स्वप्न इधर सपनो में मुझे आवारा लोगो के दर्शन अधिक होने लगे हैं। यहां तक कि मैं ने खुद अपने को भी आवारा के रूप में देखा ह।

व्याख्या यह सपना दर्शाता ह कि पिछले कुछ दिनो से आप किसी मानसिक तनाव से पीडित हैं। मुक्त और आन दमय जीवन व्यतीत करने की आप की ललक इस सपने से प्रकट होती ह। जैसे ही आप का तनाव समाप्त या कम हो जावेगा, आप को आवारा लोगों के सपने दिखाई देने बन्द हो जायेंगे।

(६७) धारा के विरुद्ध तैराकी

स्वप्न सपने में मैं ने देखा कि मैं सागर में धारा के विरुद्ध तैर रहा हूं, और किनारे पर खडे कुछ लोग मुझ पर हँस रहे हैं।

व्याख्या शायद आप अपने वास्तविक जीवन में बाधाओं को पार कर के सफलता प्राप्त करने का प्रयत्न कर रहे हैं। यह सपना इस बात का सकेत ह कि आप के मन में यह डर ह कि शायद आप अपने प्रयत्नो म सफल न हो पायें और तब आप को लोगों की हँसी का शिकार होना पडेगा। इस डर को मन से निकाल देना ही उचित होगा।

(६८) पर्वत पर अपना डेरा

स्वप्न मुझे सपना दिखाई दिया कि मैं एक बहुत ऊचे पर्वत की चोटी पर स्थित एक भवन में अकेला बन्द हूं। भवन के दरवाजे से बाहर खडे कुछ लोगों की परिचित आवाजें मुझे सुनाई दे रही हैं, 'दरवाजा खोलो दरवाजा खोलो। मैं दरवाजा खोलने के लिए आगे बढ़ता हूं, पर तभी बन्द दरवाजो का अनन्त क्रम आरम्भ हो जाता ह। एक दरवाजा खोलता हूं, तो उस के सामने दूसरा बन्द दरवाजा नजर आने लगता है।

व्याख्या लगता है आप दूसरों से ही अलग रहने के आदी हैं पर आप का अवचेतन (जो सपने में लोगों की परिचित आवाजों के रूप में प्रकट हुआ) आप को लोगों के बीच देखना चाहता है। यह स्वप्न आप के दूसरों से संपर्क की इच्छा प्रकट करता है। हिम्मत कर के, एकाकीपन का वह कवच तोड़ डालिए जो आप ने अपने चारों ओर लगा रखा है। फिर सपने में आप को बन्द दरवाजे नहीं दिखाई देंगे।

(६९) जल-समाधि

स्वप्न कल रात एक डरावना सपना देखने के बाद मेरी आँख खुल गयी। सपने में मैं ने देखा कि मैं नदी में तैर रहा हूँ, पर सहसा लहरें मुझ पर हावी हो जाती हैं और कुछ देर बाद मुझे डुबा देती हैं।

व्याख्या आप अत्यन्त भावुक प्राणी मालूम होते हैं। इस सपने से पूर्व आप किसी उत्कट भावना के वशीभूत हो कर कोई ऐसा कार्य करते जा रहे थे जिस का परिणाम काफी गम्भीर होता। सपने ने आप को चेतावनी दी है कि भावना के वशीभूत होने के स्थान पर विवेक से काम लें।

(७०) पुलिसमैन

स्वप्न वास्तविक जीवन में मैं कानून का पालन करने वाला व्यक्ति हूँ। पर कल रात मैं ने देखा कि एक पुलिसमैन मेरे सामने गिड़गिड़ा रहा है, और मैं उसे बराबर पीटे जा रहा हूँ।

व्याख्या आप कठोर और नैतिकतापूर्ण वातावरण में पले और बड़े हुए मालूम होते हैं। अब आप अपनी अन्तरात्मा के कठोर अंकुश से मुक्त होना चाहते हैं। सपने का पुलिसमैन आप की अन्तरात्मा का प्रतीक है और आप का उसे पीटना इस बात का संकेत है कि आप मनमाना और निरंकुश जीवन जीना चाहते हैं।

(७१) सहेली के साथ भोजन

स्वप्न मेरी एक सहेली मुझे बहुत चाहती है। उस की शादी के बाद उस ने मुझे खाने पर आमन्त्रित किया (सपने में) और वे ही व्यंजन खाने को दिये जो मुझे बहुत पसन्द हैं। इस सपने का क्या अर्थ हो सकता है?

व्याख्या अर्थ सीधा-सादा है। आप भी अपनी सहेली की भाँति विवाह करना चाहती हैं पर यह भी चाहती हैं कि आप की सहेली इस के लिए आप को मजबूर करे।

(७२) परीक्षा

स्वप्न मैं ने सपने में देखा कि मैं एक ऐसी परीक्षा में बैठ रहा हूँ, जिस में मैं कई वर्ष पूर्व सफल हो चुका था।

व्याख्या फ्रॉयड ने ऐसे ही एक सपने की व्याख्या इस प्रकार की है 'आने वाले कल से भयभीत न होइए। उन क्षणों को याद कीजिए जो आपने वास्तविक जीवन में दी गयी परीक्षा से पूर्व इस चिन्ता में बिताये थे कि मालूम नही आप इस परीक्षा में सफल होगे या नहीं। यह भी याद कीजिए कि इस चिन्ता के बावजूद आप उस में सफल हो गये थे। इस विश्वास के साथ भविष्य का सामना कीजिए कि आप भविष्य में अन्य परीक्षाओं में भी सरलतापूर्वक सफल हो जायेंगे।

(७३) अँधेरे, बन्द कमरे

स्वप्न सपने में मुझे दिखाई दिया कि मैं एक ऐसे अँधेरे, बन्द कमरे म बन्द हूँ, जिस के अन्दर एक सीढी ह, जो कही ऊपर जा रही ह, और कही नीचे।

व्याख्या यह अँधेरा बन्द कमरा आप के अवचेतन का प्रतीक ह, और ऊपर-नीचे जाती हुई सीढ़ियाँ अनिश्चित भविष्य का। आप दोना से डरते ह इसीलिए आप को यह सपना दिखाई दिया। आप अपने प्रति जो धारणाएँ मन में सजाये बैठ ह, वे तब ध्वस्त हो जायेंगी जब आप अपने अवचेतन की बात सुनेंगे। पर आप फ़िलहाल इस ज्ञान के प्रकाश में न आ कर अज्ञान के अँधेरे में रहना चाहते हैं।

(७४) घर के ऊपर उडान

स्वप्न सपने में मैं ने अपने को बिना किसी यान की मदद से अपने घर के ऊपर उडते देखा। यह भी देखा कि एक अप्रिय व्यक्ति मुझे पकडने को कोशिश कर रहा ह। लेकिन, मैं उस को पकड म नहीं आता।

व्याख्या इस सपने से दो बातें स्पष्ट हं। पहली—आप के जीवन में कोई न कोई ऐसा व्यक्ति जरूर मौजूद ह, जो हमेशा आप को आप की मर्जी के खिलाफ अपने काबू म रखने का प्रयत्न करता रहता ह। आप को पकडने की कोशिश करने वाला अप्रिय व्यक्ति इसी व्यक्ति का प्रतीक ह। दूसरी—आप शायद नौकरी करते हैं और स्वतन्त्र व्यवसाय करने के इच्छुक ह। अपने मकान के ऊपर आप का उडना इसी इच्छा को अभिव्यक्त करता ह। यह आप की सब से आगे रहने की आन्तरिक इच्छा को भी दर्शाता है।

(७५) हत्या

स्वप्न मैं ने सपने में देखा कि म किसी अजनबी का गला घोट रहा हूँ। ऐसी कल्पना तो मैं सपने में भी नही कर पाता।

व्याख्या आप कर पाते या नही, यह तो कहा नही जा सकता पर आप के अवचेतन ने इस सपने के माध्यम से एसी कल्पना अवश्य कर ली। सावधान रहिए कहीं आप की कुण्ठाएँ आप को कोई उग्र कार्य करने पर मजबूर न कर दें।

(७६) प्रियजन की मृत्यु

स्वप्न सपने में मैं ने अपने एक प्यारे रिश्तेदार की मृत्यु का दृश्य देखा। इन सज्जन का मैं बहुत आदर करता हूँ।

व्याख्या भले ही आप दिखावे के लिए उन का आदर करते हों, पर इस सपने से यह स्पष्ट है कि मन ही मन आप उन से बहुत घृणा करते हैं, इतनी अधिक घृणा कि उन की मृत्यु से भी आप को कोई दुख न होगा।

(७७) बेजान वस्तुएँ जानदार बनी

स्वप्न एक अजीब सपने में मैं ने देखा कि मेरे कमरे की सब बेजान वस्तुए जानदार बन गयी हैं, और आदमियों की तरह चल फिर रही हैं।

व्याख्या यह इस बात का संकेत है कि आप अपने कुछ अनुभवों को किसी भी रूप में व्यक्त या साकार करने के लिए व्यग्र हैं। जैसे कथा-कहानी, चित्र या गीत आदि के रूप में।

(७८) बौनापन

स्वप्न मैं ने सपने में देखा कि मैं कालेज की एक क्लास में पढा रहा हूँ। पढाते पढ़ाते मैं अचानक बौना हो जाता हूँ और क्लास के लडके मुझे देख कर हँसने लगते हैं।

व्याख्या यह सपना इस तथ्य की ओर इशारा करता है कि क्लास के लडके आप के अनुशासन में नही रह पाते।

(७९) भूत

स्वप्न सपने में मैं ने अपने को उस स्कूल की इमारत में पाया जहाँ मैं दस साल पहले पढा करता था। कुछ सेकण्ड बाद मुझे अपने चारों ओर भूत ही भूत दिखाई दिये।

व्याख्या शायद स्कूल में आप का समय सुखपूर्वक नही बीता। उन दिनों की अप्रिय घटनाओं की याद ही आप के सपने में भूतों की शक्ल में आयी थी।

(८०) स्नान

स्वप्न मैं ने सपने में अपने-आप को बार-बार स्नान करते देखा। यह सपना मेरी समझ में नही आया।

व्याख्या यह सपना आसानी से आप की समझ में आ जायेगा यदि आप इस बात को समझ लें कि अपने विचारों को शुद्ध और पवित्र रखने की आप की बलवती इच्छा ही इस स्नान-स्वप्न में साकार हुई है।

(८१) तैराकी

स्वप्न एक सपने में मैं ने देखा कि मैं सागरतट पर खडी हूँ, जहाँ अनेक व्यक्ति सागर में स्नान कर रहे हैं। काफी लोगों को सागर में तैरते देख कर मैं भी सागर मे तरना आरम्भ करती हूँ, पर तराकी के बाद पाती हूँ कि मेरा शरीर बुरी तरह सूज गया है, और मं काफ़ी असुदर दिखाई देने लगी हूँ।

व्याख्या तराकी एक आनन्ददायक क्रीडा है। सपना में यह आनन्ददायक रतिक्रिया का प्रतीक है। आप के सपने से लगता है कि आप विवाह करने और गर्भ धारण करने से डरती हैं। शायद आप के माता पिता का वैवाहिक जीवन सुखी न था, या आप ने किसी ऐसे परिवार की दुदशा देखी है, जहाँ ज्यादा बाल-बच्चा के कारण हमेशा कलह मची रहती थी। जब तक आप किसी कुशल मानस रोग विशेषज्ञ के इलाज से अपनी इस मानसिक ग्रंथि से मुक्त नहीं हो जातीं, तब तक आप को न रतिक्रिया में आनन्द आयेगा, और न बच्चों की माँ बनने में।

(८२) अपने ही घर म चोरी

स्वप्न सपने में मैं ने देखा कि मैं अपने ही घर में चोरी कर रहा हूँ।

व्याख्या आप के मन में अपने ही घर के किसी व्यक्ति का प्रेम या उस की सत्ता चोरी करने की प्रबल आकाक्षा है। आप चाहते हैं कि अनायास चोरी चोरी यह प्रेम या सत्ता आप को मिल जाये।

(८३) रगाई और रगाई

स्वप्न सपने में मैं ने अपना फ्लेट रगना शुरू किया, तो रँगती ही गयी। हर बार मुझे लगता था कि कोई न कोई खामी रह गयी है रँगाई में। यह सपना जब टूटा, तब तक रँगते रँगते मेरे हाथ थक चुके थे।

व्याख्या जाहिर है कि आप अपने किसी गुप्त अपराध को छिपाने के लिए बार-बार झूठ बोलती हैं। और जितना ही आप झूठ बोलती हैं उतना ही आप को लगता है कि अभी भी अपराध के जगजाहिर हो जाने की आशका मिटी नहीं है।

(८४) पीने के लिए पानी

स्वप्न कल रात मैं ने सपने में देखा कि मैं अपने प्रेमी के साथ बाहर जाने की तयारियाँ कर रही हूँ। अपने कपडो पर लोहा करते समय मेरे कपड़ों में आग लग जाती है, और मैं अपने प्रेमी से उसे बुझाने को कहती हूँ। प्रेमी पानी आग को बुझाने के स्थान पर मुझे ही पीने को दे देता है।

व्याख्या आप ने जब सपना देखा, तब आप को जोर से प्यास लगी होगी। साथ ही आप का यह इच्छा भी रही होगी कि पीने के लिए आप को पानी आप

वे प्रेमी के हाथों से मिले। आप की इन्ही दोनों इच्छाओ का स्वप्नीकरण आप के सपने में हुआ।

(प्रश्नकर्त्ता ने बाद में व्याख्याकार को बताया कि उसे सचमुच सपना देखते समय प्यास लगी थी, और सोने से पहले उस ने अपने प्रेमी को याद किया था।)

(८५) घुडसवारी

स्वप्न मैं १५ १६ वर्ष का एक नवयुवक हूँ। अभी अभी मुझे सपना दिखाई दिया था कि मैं घुडसवारी कर रहा हूँ। घोडा मुझे तेज चाल से भगाये लिये जा रहा है। मैं उस की रास खींच कर उसे काबू में लाने की कोशिश करता हूँ, पर उस की चाल बढती ही जाती है। जब वह मुझे लिये एक खड्ड में गिरने जा रहा था तभी मेरी आँख खुल गयी।

व्याख्या आप की उद्दाम भावनाएँ वह घोडा है, जो आप को भगाये लिये जा रही थी। और आप का विवेक घुडसवार है। चूंकि आप की भावनाए आप के विवेक के वश में नही है इसलिए आप को यह चेतावनी देना आवश्यक है कि यदि आप को सयम और विवेक द्वारा इन भावनाओ पर काबू पाने में सफलता नही मिली तो आप के जीवन में कोई गम्भीर दुर्घटना शीघ्र हो हो सकती है। इस सपने के द्वारा आप के अवचेतन ने आप को यह चेतावनी दी है।

(८६) कैदी

स्वप्न कुछ ऐसे लोग जिन्हें मैं ने पहली बार देखा था सपने में मुझे कैदी बना कर जेल में लिये जा रहे थे। मुझे यह सपना एकदम अविश्वसनीय लगा।

व्याख्या अधिकांश सपने अविश्वसनीय ही लगते हैं। पर वे जिस भाषा में बोलते हैं वह कभी गलत बात नही कहती। आप का सपना अपनी प्रतीकात्मक भाषा में यह कहता लगता है कि आप सचमुच अपने किसी कृत्य के कारण भयभीत है और आप को आशका है कि उस के प्रकट होते ही आप के जेल जाने की नौबत आ सकती है।

(८७) गुब्बारे

स्वप्न मैं बच्चा नहीं हूँ फिर भी मुझे सपने में गुब्बारे क्यों दिखाई देते है ?

व्याख्या आप सचमुच देखना तो चाहते हैं पुष्ट स्तन पर उन्हें देखना चूंकि आप की मान्यताओं के कारण वर्जित है इसलिए आप को उन के प्रतीक गुब्बारे दिखाई देते है। स्तनों के दो अन्य प्रतीक रसदार सतरे और दूध भरा नारियल भी है।

(८८) बागबानी

स्वप्न मैं सपने में अपने को बागबानी करते हुए पाता हूँ।

व्याख्या यदि आप अविवाहित हैं, तो यह इस बात का संकेत है कि आप विवाह करके पिता बनने के इच्छुक हैं। यदि आप विवाहित हैं, तो इस सपने के अर्थ हैं कि आप अपने बच्चों में वृद्धि देखना चाहते हैं। बागवानी सृजन तथा नवजीवन की प्रतीक है।

(८९) बिल्लियां

स्वप्न मैं ने सपने में अपने आप को बिल्लियों से घिरे पाया।

व्याख्या बिल्लियों की उपमा आकर्षक और चंचल महिलाओं से की जाती है। सपने में आप का बिल्लियों से घिरे रहना इस बात का द्योतक है कि आप को चंचल और आकर्षक महिलाओं के बीच रहना पसन्द है। यदि आप वास्तविक जीवन में इस प्रकार रह रहे होते, तो आप को यह सपना नहीं दिखाई देता। एक बात और। यदि बिल्लियाँ लड़ रही थीं, तो जाहिर है कि आप इन महिलाओं को लड़ते झगड़ते नहीं देखना चाहते। गुर्राने वाली और आपस में झगड़ने वाली बिल्लियाँ इस बात की सूचक होंगी कि आप को उन के लड़ने झगड़ने में कोई एतराज नहीं है, या आप को आशंका है कि उन में आपस में लड़ाई झगड़ा होगा ही।

(९०) चिड़ियाघर

स्वप्न इधर पिछले दो तीन सपनों में चिड़ियाघर किसी न किसी रूप में अवश्य आ जाता था।

व्याख्या सपने में दिखाई देने वाला चिड़ियाघर दो बातों को दर्शाता है। (१) सपना देखने वाला व्यक्ति अपने को 'खतरनाक जानवर' समझता है और चाहता है कि कोई उसे पकड़ कर किसी पिंजरे में बन्द कर दे। (२) वह अपने आप को ऐसा 'असहाय जानवर' समझता है जिसे जबरदस्ती पकड़ कर किसी पिंजरे (बन्धन) में बन्द कर दिया गया है और बन्द हो कर भी उसे शांति नहीं है, और उसे लोगों का मनोरंजन करने के लिए तरह-तरह के प्रदर्शन और कलाबाजियाँ करनी पड़ती हैं।

(९१) कलाकार

स्वप्न सपने में मैं एक कलाकार बन जाती हूं ऐसी कलाकार जिसे न दौलत मिलती है, न शोहरत और जो फिर भी अपनी कलासाधना में लीन रहती है। वास्तविक जीवन में कला के प्रति मेरी कोई रुचि नहीं है। फिर भी ऐसे सपने मुझे क्यों दिखाई देते हैं?

व्याख्या चूँकि वास्तविक जीवन में आप की कला में कोई रुचि नहीं है, इसलिए यह सपना यही संकेत देता है कि आप जीवन के कटु यथार्थ से त्राण पाने के

लिए व्याकुल हैं। सपने में की गयी कल्पसाधना से आप को यह राहत मिल जाती है भले ही दौलत और शोहरत न मिले।

(९२) सरकस प्रेम

स्वप्न सपने में मैं सरकस में काम करने वाली एक लडकी से प्रेम करने लगता हूँ। दिल्लगी यह है कि मैं ने आज तक सरकस देखा तक नहीं।

व्याख्या सरकस देखा भले ही न हो, उस के बारे में सुना तो होगा और उस के चित्र तो देखे होंगे। आप का अवचेतन इतनी ही जानकारी के आधार पर स्वप्नजगत में सरकस की सृष्टि कर सकता है। सरकस में काम करने वाली लडकी से सपने में आप का प्रेम इस बात का सूचक है कि आप स्वयं को साधारण लोगों से अलग मानते हैं और ऐसे ही असाधारण लोगों से सम्बन्ध स्थापित करने के इच्छुक हैं। सरकस में काम करने वाले लोग साधारण व्यक्तियों से भिन्न होते हैं।

(९३) छोटा एंजिन बडी रेल

स्वप्न सपने में मुझ दिखाई दिया कि मैं एक विशाल रेलवे प्लेटफार्म पर खडा हूँ। एक्सप्रेस गाडी आने वाली है, और मैं सोच रहा हूँ कि उस के आते ही मैं किसी डिब्बे में न चढ कर उस के एंजिन पर सवार हूँगा। तभी एक्सप्रेस धडधडाती हुई प्लेटफार्म पर आती है पर मुझे यह देख कर बडा आश्चर्य होता है कि उस का एंजिन बहुत छोटा है। इतना छोटा कि मैं उस में प्रवेश भी नहीं कर सकता।

व्याख्या अपने जीवन को सुखी, सफल और समृद्ध बनाने के लिए आप के पास अनेक महत्त्वाकांक्षापूर्ण योजनाएँ हैं। आप उन्हें जल्द से जल्द क्रियान्वित कर के सफलता के उच्च शिखर पर पहुँचना चाहते हैं। पर उन्हें क्रियान्वित करने के लिए जितनी शक्ति और जीवन की आवश्यकता है वह दुर्भाग्य से आप के पास नहीं है। आप की यही निराशा इस सपने में साकार हुई है।

(९४) अवैध प्रेम

स्वप्न सपने में मैं एक बडे और अँधेरे कमरे में हूँ। कमरे में एक मेज है जिस पर मेरी प्रिय सखी का शव पडा है। उस शव को देख कर मैं अपने आप से कह रही हूँ— बेचारी को मरे हुए दो महीने बीत चुके हैं।

व्याख्या (यह व्याख्या प्रस्तुत करने से पूर्व व्याख्याकार को इस सपने को देखने वाली युवती से काफी देर तक बातें करनी पडी थी। इस बातचीत के दौरान उसे ज्ञात हुआ कि दो महीने पूर्व उस की सखी नहीं बल्कि उस की सखी के छोटे बच्चे की मृत्यु हुई थी। इस अवसर पर सखी का भाई आया था जिसे यह सपना देखने वाली युवती मन ही मन प्यार करती थी)। सखी के भाई से मिलने को आप कितनी इच्छुक हैं यह इस सपने से पता चल जाता है। आप जानती हैं कि वह बिना

वजह नहीं आयेगा। हाँ, अपनी बहन के मरने पर अवश्य आयेगा। भले ही सखी मर जाय, पर इस बहाने आप की उस के भाई से भेंट हो जाये, यह गुप्त पर कुटिल कामना आप के अवचेतन में मौजूद है, यह सपना इस का गवाह है।

(९५) विचित्र परीक्षा

स्वप्न सपने में देखता हूँ कि मैं एक बड़े हाल में हूँ, जहाँ मुझे एक प्रश्नपत्र का उत्तर देना है। मेरे सिवा अन्य विद्यार्थी अपनी बाल्यावस्था में हैं, और प्रश्नपत्र भी उन्हीं के स्तर के हैं। मैं प्रश्नपत्र के प्रश्नों का उत्तर आसानी से दे लेता हूँ, लेकिन फिर भी मुझे अन्य विद्यार्थियों के सामने शर्मिन्दा किया जाता है।

व्याख्या इस प्रकार के सपने अक्सर दिखाई देते हैं। इन का सीधा सम्बन्ध सपना देखने वाले व्यक्ति की वर्तमान अवस्था से होता है। इस प्रकार के सपनों का सीधा-सादा संकेत यह होता है कि सपना देखने वाला जीवन के परीक्षा हाल में परीक्षा देने आया है। इस विशेष सपने का अर्थ कुछ भिन्न है। यह इस बात का दर्शाता है कि सपना देखने वाला व्यक्ति जीवन की कठोर समस्याएँ तो दूर, साधारण समस्याओं को हल करने में भी असमर्थ है और इस कारण उसे उन लोगों के सामने नीचा देखना पड़ता है, जिन्हें वह अपने से छोटा मानता है।

(९६) घाव

स्वप्न सपने में मुझे दिखाई दिया कि मेरा हाथ सूज रहा है और उस में बेहद तकलीफ हो रही है। जागने पर मैं ने पाया कि वहाँ सचमुच एक घाव होना शुरू हो गया है। दो-तीन दिन बाद इस घाव की वजह से मुझे वाकई बेहद तकलीफ होने लगी।

व्याख्या यह घाव सचमुच उस समय से भी पूर्व बढ़ना आरम्भ हो गया था, जब आप ने यह सपना देखा था। आप के अवचेतन ने उसे तब पहचान लिया था, जब नींद में आप का चेतन मन शान्त था।

(९७) सँकरी होती जा रही सड़क

स्वप्न एक लम्बी और लहरियादार सड़क है और सपने में मैं उस पर चलता जा रहा हूँ। चलते चलते मेरे पाँव दुखने लगते हैं। जब मैं ने वे जूते पहन रखे हैं जो मैं दस साल की उम्र में पहना करता था। मैं उन्हें ढोता भर के आगे बढ़ता हूँ पर तभी सड़क सँकरी होने लगती है। तभी एक बूढ़ा आदमी न जाने कहाँ से आ कर मुझे जूते उतारने का आदेश देता है।

व्याख्या सँकरी सड़क जीवन-पथ का प्रतीक है। आरम्भ में इस के लहरियादार होने के अर्थ हैं कि आप समझते हैं कि उस पर सीधे-सीधे चल कर लक्ष्य प्राप्ति

नही की जा सकती । आप इस पथ को अपने बचपन के अनुभवों के आधार पर तय करना चाहते थे पर शीघ्र ही आप को पता चल गया कि जीवन की समस्याओं को हल करने के लिए वयस्क दृष्टिकोण अपनाना होगा। जूते उतारने का आदेश देने वाला बूढ़ा व्यक्ति अनुभव और अक्लमन्दी का प्रतीक है ।

(९८) माँ से नाराज़ी

स्वप्न : मैं समझता हूँ कि कुछ सपनों के पीछे दानवों का हाथ रहता है। ऐसा न होता तो मुझे यह अजीब और खौफ़नाक सपना दिखाई न देता। इस सपने में म ने देखा कि सुबह का वक्त है, और मैं तथा मेरी पत्नी अभी उठे ही ह। इतने में मेरी माँ हम दानों के लिए चाय ले कर आ जाती ह। मैं सहसा अपना आपा खो बठता हूँ और माँ से नाराज़ी से चाय वापस ले जाने को कहता हूँ। कुछ अपशब्द मा मेरे मुँह से निकल जाते ह। जाग्रतावस्था में मैं कभी अपनी माँ के साथ इस तरह पेश नही आया। मैं उन का बड़ा आदर करता हूँ।

व्याख्या स्वप्नशास्त्री कहते हैं कि जिन दानवो और देवताओं की कल्पना आप दूसरा में करते हैं वे सब हमारे अवचेतन में ही मौजूद हैं। आप को जो सपना दिखाई दिया उस के पीछे कोई दानव न था स्वय आप के अवचेतन म छिपी आप की ही यह भावना ह कि शादी हो जाने के बाद भी माँ आप का पीछा नही छोड़ती और यह कि वह आप को अब तक बच्चा ही समझती ह। आप विश्वास करें या न करें, आप के सपने के मूल में आप का यही रुख ह। पर मानव स्वभाव ऐसा ह कि सौ में से न बे व्यक्ति उन सच्चाइयों का सामना नही कर पाते जो उन के अवचेतन की गहराइयों से प्रकट होती हैं और उस के लिए किसी दानव चुडल या अन्य किसी बाहरी प्रभाव को ज़िम्मेवार समझने लगते ह।

(९९) अँधेरी गुफा और अनखुले बोरे

स्वप्न सपने में मैं अपने को एक अधेरी गुफा में पाता हू, जिस में हज़ारो ब द बोरे रखे ह। चाह कर भी मैं उन्हें खोल नही पाता। कुछ दूर पर एक दरवाज़ा ह जिस के बाहर एक पहाड़ी स्थित ह। म इस पहाड़ी पर चढना आरम्भ करता हू, पर कुछ देर बाद मेरी हिम्मत जवाब दे जाती ह, और मैं नीचे गिरना शुरू कर देता हूँ। गिरता हू तो गिरता ही चला जाता हू। गिरने का अ त नही होता।

व्याख्या इस सपने की व्याख्या ऊपर वाले सपने की व्याख्या के समान ही होगी। अधेरी गुफा आप के अवचेतन की प्रतीक ह और उस में रखे हज़ारो बन्द बोरे उन सच्चाइयो का प्रतीक ह जिन का साक्षात्कार करने का साहस आप में नही ह। इन सच्चाइयो को नज़र अन्दाज़ कर के आप प्रयत्नपूवक अपन जीवन की कठिनाइयो का सामना करना चाहते ह पर चूँकि इस काय में आप को अपने अवचेतन का समथन

और आधार प्राप्त नहीं है, इस लिए आप असफल रहते हैं। इतना ही नहीं, जैसा कि आप की अन्तहीन गिरावट दर्शाती है, आप को भय है कि आप इन कठिनाइयों पर कभी हावी नहीं हो पायेंगे। जब तक किसी प्रशिक्षित मानस रोग विशेषज्ञ की देखरेख में आप का मानसिक विश्लेषण नहीं होगा, आप की कठिनाइयों का अन्त नहीं हो पायेगा।

(१००) रेल-यात्रा, जो न हो पायी

स्वप्न सपने में मैं अपने सारे सामान के साथ प्लेटफ़ार्म पर मौजूद हूँ। वहाँ काफ़ी शोरगुल हो रहा है। जैसे ही ट्रेन प्लेटफार्म पर आती है, मैं सामान एक डिब्बे में रखना आरम्भ कर देता हूँ। पर, तभी गार्ड आ कर मुझ से कहता है कि मैं इतने सामान के साथ सफ़र नहीं कर सकता। मैं उसे अपना रेल टिकट दिखलाना चाहता हूँ, पर वह काफ़ी ढूँढ़ने पर भी नहीं मिलता।

व्याख्या आप एक महत्त्वाकांक्षी व्यक्ति हैं, पर आप ने अन्दर जिन अनेक मानसिक ग्रन्थियों को जन्म दे रखा है, वे आप की महत्त्वाकांक्षाएँ पूरी नहीं होने देतीं। रेल प्लेटफ़ार्म उस निश्चय का प्रतीक है, जो आप ने अपनी महत्त्वकांक्षाओं को पूरा करने के लिए किया होगा। प्रस्तावित रेलयात्रा महत्त्वाकांक्षाओं का प्रतीक बन कर सपने में आयी है। सामान आप की मानसिक ग्रन्थियों का प्रतीक है। गार्ड आप का विवेक है, जो आप को यह सलाह दे रहा है कि महत्त्वाकांक्षाओं की पूर्ति इन ग्रन्थियों से छुटकारा पाये बिना सम्भव नहीं। रेल टिकट का न मिलना इस बात को दर्शाता है कि अभी आप में उन गुणों की कमी है जो आप की महत्त्वाकांक्षाओं की पूर्ति के लिए आवश्यक हैं।

(१०१) बर्फ़

स्वप्न चारों ओर हिम ही हिम है, और मैं अपने को ऐसे स्थान में पा कर बड़ा प्रसन्न हूँ। क्या आप इस सपने की व्याख्या कर सकेंगे?

व्याख्या सपने के पूरे विवरण के अभाव में व्याख्या अधूरी ही रहेगी। वैसे, सपने में हिम का दिखाई देना इस बात को दर्शाता है कि सपना देखने वाले व्यक्ति का झुकाव या तो अध्यात्म की ओर है या निर्दोष रूप से सुन्दर और पवित्र किसी कुमारी की ओर।

(१०२) सागर

स्वप्न सपने में मैं एक जहाज़ में बैठा जा रहा हूँ। जहाज़ के कुछ यात्री नावों में बैठ कर कुछ देर के लिए सागर विहार करना चाहते हैं पर मैं उन में सम्मिलित नहीं होता। मुझे समुद्र से न जाने क्यों एक अज्ञात भय है।

व्याख्या विख्यात स्वप्नशास्त्री तथा मानसशास्त्री जुंग ने सागर से सम्बन्धित सपनों के बारे में कहा है 'सपने में सागर अवचेतन का प्रतीक है, अवचेतन जिस की

अथाह गहराइयों में न जाने कितने प्रिय और अप्रिय रहस्य छिपे पड़े हैं। समुद्र के प्रति भय, वास्तव में अवचेतन में छिपी सच्चाइयों के प्रतिभय का प्रतीक है। जो विवरण आप ने दिया है उस के आधार पर सिर्फ इतना ही कहा जा सकता है कि आप स्वयं अपने अवचेतन के प्रति भयभीत और शंकित हैं। इस भय का मूल कारण स्वयं आप के अन्दर ही मौजूद है, और स्वयं आप ही उसे भलीभांति समझ कर दूर कर सकते हैं। सपने और स्वप्नशास्त्री आप की महज मदद ही कर सकते हैं।

(१०३) भेड़िये से लड़ाई

स्वप्न मैं ने सपने में अपने-आप को एक खूंखार भेड़िये से लड़ते पाया। सपना इतना अधिक डरावना था कि मैं उसे पूरा नहीं देख पाया और बीच में ही मेरी आंख खुल गयी।

व्याख्या यह खूंखार भेड़िया आप ही के अवचेतन में छिपे किसी हिंसक तथा आक्रमणशील विचार का प्रतीक है। ईमानदारी से अपने अन्दर झांक कर उस विचार की खोज करने का प्रयत्न कीजिए। जब इस विचार का पता आप को चल जाये, तो सोचिए कि इस विचार के अनुसार चलने में आप का लाभ है या हानि? निश्चय ही आप इस निष्कर्ष पर पहुंचेंगे कि इस में हानि ही होगी। यदि सपना आप को पूरा दिखाई दिया होता तो यह जाना जा सकता था कि इस लड़ाई में जीत किस की हुई, आप की या भेड़िये की। यदि जीत भेड़िये की होती तो इस के स्पष्ट अर्थ यह थे कि आप का हिंसक विचार फिलहाल आप के ऊपर हावी है। आप की जीत के अर्थ होते कि आप में उस विचार पर हावी होने का साहस और सामर्थ्य मौजूद है।

(१०४) प्रकाश पुंज

स्वप्न अपना एक विचित्र स्वप्न व्याख्या के लिए प्रस्तुत कर रहा हूं। इस सपने में मैं ने देखा कि सोने की भांति दीप्तिमान् हो कर मैं कीचड़ के किनारे खड़ा हूं। सहसा कीचड़ के अन्दर से एक प्रकाश पुंज बाहर आता है, और कुछ सेकंड बाद, एक धमाके के साथ फूट जाता है। फूटते ही यह प्रकाश पुंज एक अन्तहीन स्तम्भ का रूप धारण कर लेता है। मैं बड़ी आसानी से इस स्तम्भ के सहारे ऊपर चढ़ता चला जाता हूं। कुछ देर बाद मुझे एक सुनहरी द्वार के दर्शन होते हैं। जैसे ही मैं उसे पार करता हूं अपने को सूर्य के सम्मुख पाता हूं। उस समय मुझे जो सुखद अनुभूति हुई थी, वह आज तक तन मन में व्याप्त है।

व्याख्या यह एक महान् स्वप्न है और आप की निर्मल अन्तरात्मा तथा आधुनिक आकांक्षाओं की पूर्ति करने की आप की बलवती इच्छा का प्रतीक है। सपने में आरम्भ में कीचड़ का दिखाई पड़ना इस बात का द्योतक है कि आप को आरम्भ में अनेक निराशाओं और विषादों का सामना करना पड़ेगा। पर, सपने के अन्त से स्पष्ट

है कि आप इन का सफलतापूर्वक सामना करने में समर्थ हो सकेंगे तथा एक न एक दिन उस आध्यात्मिक ऊँचाई को प्राप्त कर सकेंगे, जिस की ललक आप के मन में है।

(१०५) अन्तहीन ऊँचाइयों की ओर

स्वप्न मुझे एक सपने में दिखाई दिया कि मैं एक बहुत ऊंचे पर्वत के शिखर पर बैठा हूँ। नीचे घाटी में असंख्य ग्राम लोग अपने-अपने कार्यों में व्यस्त हैं। उन्हें देख कर मेरे मन में विचार आता है, और ऊँचाई पर पहुँचकर मैं इन सब का स्वामी बन सकूँगा। तभी मैं ने ऊपर उठना आरम्भ कर दिया। मेरे हाथ में न जाने कहाँ से एक तलवार भी आ गयी, जिस से मैं रास्ते में आने वाले सब अवरोधों को काटता चलता था।

व्याख्या लगता है कि आप एक लजालू और हीनभावना से ग्रस्त व्यक्ति हैं। जीवन में काफ़ी अपमान भी आप ने सहा लगता है। चूँकि आप को लगता है कि आप हीन व्यक्ति हैं अतएव औरों से ऊपर उठने और आगे बढ़ने की अदम्य आकांक्षा भी आप के अन्दर मौजूद है। यही आकांक्षा इस सपने का रूप धारण करके प्रकट हुई है।

(१०६) आग की लपट

स्वप्न सपने में अपने को एक खुले पर अँधेरे मैदान में पाता हूँ। मैदान के बीचों बीच बड़ी तेज आग जल रही है। मैं उस आग के समीप जाता हूँ। समीप आ कर कोई अज्ञात शक्ति मुझे आग की लपटों के बीच जाने को बाध्य करती है। लपटें मुझे छूती तो हैं पर जलाती नहीं। लपटों को पार करने के बाद मुझे एक चमकीले स्तम्भ के दर्शन होते हैं, जिस के शिखर पर सूर्य के समान तेजस्वी अग्निपुंज विराजमान है।

व्याख्या आप एक लजालू व्यक्ति हैं पर आप का अन्तर्मन आग के समान उच्च और पवित्र विचारों से प्रज्वलित है। इस स्वप्न से स्पष्ट है कि एक न एक दिन आध्यात्मिक क्षेत्र में उन्नति करने की आप की आकांक्षा अवश्य पूरी होगी।

(१०७) जलता हुआ घर

स्वप्न सपने में मैं ने देखा कि मेरा घर जल रहा है, वह घर जिस में ने अभी हाल में खरीदा था, और बड़े शौक से सजाया था।

व्याख्या किसी वस्तु को नष्ट करने वाली आग का सपना अधिकतर अशुभ ही होता है। और इस सपने में तो आप ने खुद अपने घर को जलते देखा है। प्रस्तुत विवरण के आधार पर इतना ही कहा जा सकता है कि पत्नी या रिश्तेदारों से मनमुटाव हो जाने के कारण या अन्य कारणवश, आप अपने ही घर के 'आग लगाने' पर उतारू हो गये हैं।

(१०८) उपजाऊ धरती

स्वप्न विवाह के कुछ दिन बाद मैंने सपना देखा कि उस घर के चारों ओर, जो मैंने पति ने विवाह के बाद किराये पर लिया था, पेड़ और फलफूल वाले झाड़ उग आये हैं। वास्तव में हमारे घर के चारों ओर इतनी गन्दगी है कि कुछ पूछिए मत।

व्याख्या इस सपने में दिखाई पड़ने वाली उपजाऊ धरती स्वयं आप की सुखी और बाल बच्चों से भरी-पूरी गृहस्थी बसाने की इच्छा का प्रतीक है। यह इस बात का सबूत भी पेश करता है कि आप उन कठिनाइयों से परिचित हैं जिन का सामना आप को इस इच्छा की पूर्ति के लिए करना होगा। पर, अन्त में आप उन कठिनाइयों पर पार पाने में सफल हो जायेंगी।

(१०९) बाढ़

स्वप्न मेरे दस साल के लड़के ने मुश्किल बताया कि उस ने एक अजीब सपना देखा है। सपने में उसे दिखाई दिया कि हमारे घर के सामने एक नदी बह रही है (वास्तव में कोई नदी हमारे घर के सामने नहीं बहती) और वह उस के किनारे बैठा है। सहसा नदी में बाढ़ आ जाती है और उस की वजह से हमारा घर डूबने को होता है। पर एक दयालु और तेजस्वी व्यक्ति अचानक प्रकट हो कर बाढ़ को रोक देता है और नदी पहले की भांति शान्त हो जाती है।

व्याख्या बच्चों का मन बड़ा संवेदनशील होता है। इस सपने से स्पष्ट है कि आप का लड़का ऐसे वातावरण में बड़ा हुआ जहाँ शांति थी, और आप में और आप के पति में प्रेमभाव था। कुछ दिनों से यह प्रेमभाव कम हो जाने से घर की शांति भी गायब होने लगी है। नदी का शांत जल इस प्रेमभाव और घर की शांति का प्रतीक है। उस में बाढ़ आ जाना इस बात का प्रतीक है कि लड़के के संवेदनशील मन ने क्रमशः गायब हो रही शांति के तथ्य को भलीभाँति जान लिया है। सपने के अन्त में एक दयालु और तेजस्वी व्यक्ति का प्रकट हो कर बाढ़ को शांत करना इस बात का परिचायक है कि आप का लड़का चाहता है कि कोई सज्जन व्यक्ति कहीं से आ कर आपके और आप के पति के झगड़ों को समाप्त कर दे, और घर का वातावरण पहले की भांति शान्त और सुखी बन जाये। आशा है आप और आप के पति इस सपने के संकेत से सबक लेंगे, और अपने आपसी झगड़ों को समाप्त कर देंगे।

(११०) अस्पताल में अकेली रोगिणी

स्वप्न सपने में मैंने पाया कि मैं किसी अस्पताल के एक वार्ड में पड़ी हूँ। वार्ड जो विशाल होने पर भी एकदम खाली है। सिर्फ मैं ही वहाँ एक पलंग पर लेटी हूँ। अचानक एक डाक्टर वार्ड में मेरे मृत पिता के साथ प्रवेश करते हैं, और मेरा निरीक्षण करने के पश्चात मेरे मृत पिता से कहते हैं आप सिगरेट पीना छोड़ दें

तो आप की लडकी बच सकती ह नही तो दिल के दौर की वजह से ही उस की मृत्यु हो सकती है।' मुझे सचमुच ऐसा दौरा एक बार पड चुका ह, और तब मुझे ऑफिस से लम्बी छुट्टी लेनी पडी थी।

व्याख्या चूँकि आप के पिता की मृत्यु हो चुकी ह, इसलिए सपने में आप को उन का दिखाई देना इस बात का सूचक ह कि आप उन के स्थान पर किसी ऐसे व्यक्ति की कल्पना कर रही थी, जिस से आप अपने पिता की भाँति डरती है। सम्भवत यह व्यक्ति आप का बास ह जिस का सिगरेट पीना आप को अच्छा नही लगता क्योंकि वह आप को डाँटते समय हमेशा सिगरेट पीता रहता ह। अच्छा यही होगा कि आप इस नौकरी को छोड कर कोई और नौकरी तलाश कर लें, नही यह बढ़ता हुआ मानसिक तनाव सचमुच दिल के दौरा के रूप में आप का समाप्त कर सकता ह।

(१११) सहायक अध्यापक की मृत्यु

स्वप्न कल रात जो अजीबोगरीब सपना मै ने देखा मै उस से अभी तक स्तब्ध हूँ। इस सपने में मुझे दिखाई दिया कि मुझे घर पर सस्कृत पढाने वाले अध्यापक की मृत्यु हो गयी ह, और लोग बडे धूमधाम से उन का अन्तिम सस्कार करने जा रहे ह। इन अध्यापक के कारण ही मै ने बी० ए० में सस्कृत में प्रथम स्थान पाया ह। वे अत्यन्त नम्र स्वभाव के व्यक्ति ह, और मेरी पढ़ाई में उन्होने काफी श्रम किया था। वे सहायता न करते, तो मुझे प्रथम स्थान कभी न मिलता। फिर ऐसा निराला सपना क्यों ?

व्याख्या यह निराला सपना आप को जिस कारण से दिखाई दिया उसे समझने के लिए आप को एक अप्रिय सत्य का सामना करना पडेगा। यह अप्रिय सत्य, जिस से आप का चेतन मन परिचित नही ह यह ह कि अब आप को इन सज्जन अध्यापक की कोई आवश्यकता नहीं ह। उन की सहायता से जितना लाभ आप को उठाना था, आप उठा चुकी। अब आप का अवचेतन चाहता ह कि वह हमेशा के लिए 'खतम' हो जायें, ताकि आप को सब से गर्वपूर्वक यह कहने का अवसर मिल सके कि आप सस्कृत में अपनी मेहनत के बल पर प्रथम आयी थीं।

(११२) दूध की बोतल

स्वप्न सपने में मैं ने देखा कि मैं पडोस की एक लडकी के साथ, जिसे मैं बचपन से जानता हूँ बैठा हूँ। लडकी के हाथ में दूध की बोतल ह, जिसे मैं उस के हाथ से जबरदस्ती छीन कर दूध पीना चाहता हूँ। लडकी डर कर भाग जाती ह।

व्याख्या मन ही मन आप इस लडकी से सहवास करने के इच्छुक है। पर, यह भी जानते है कि ऐसा आप जोर जबरदस्ती कर के ही कर पायेंगे, और लडकी पर इस जबरदस्ती का प्रभाव अच्छा नही होगा। सम्भवत आप के चेतन मन को आप की

इस इच्छा का पता न हो या इस सपने से जाहिर है कि यह आप के अचेतन में कहीं छिपी है और कभी भी किसी न किसी रूप में अभिव्यक्त हो सकती है।

(११३) स्नान-सुख

स्वप्न सपने में मैं एक सरोवर के किनारे खड़ा हूँ। आस-पास कोई और नहीं है। सहसा, मैं अपने सब कपड़े उतार कर सरोवर में कूद पड़ता हूँ। इस स्नान से मुझे जो सुख मिला वह अवर्णनीय है।

व्याख्या आप के मन में तृप्तिदायक स्त्री-सहवास की जो सुप्त इच्छा है यह सपना उसी को साकार कर रहा है।

(११४) मुक्त विहग

स्वप्न कल्पना कीजिए कि बाल-बच्चों वाला एक ज़िम्मेवार व्यक्ति अपने को सपने में एक मुक्त विहग की भाँति उड़ते देख कर क्या सोचेगा ? मुझे ऐसा ही एक सपना दिखाई दिया था।

व्याख्या व्यस्त बन्धनों में बंधे और ज़िम्मेवार व्यक्ति को ऐसे सपने प्राय दिखाई देते हैं। यह इस बात का प्रतीक है कि आप मन ही मन अपने बन्धनों और अपनी ज़िम्मेवारियों से मुक्त होना चाहते हैं। भले ही आप के चेतन मन को आप की यह इच्छा अनुचित लगे पर आप के अवचेतन मन के लिए यह न अनुचित है और न अस्वाभाविक।

(११५) सोने की चाबी

स्वप्न जैसे ही मैं ने सपने में अपना पर्स खोला उस में सोने की एक चाबी रखी दिखाई दी।

व्याख्या यह एक शुभ स्वप्न है और अपनी प्रतीकात्मक भाषा में आप से यह कह रहा है कि जिन कठिनाइयों और समस्याओं के कारण आप कुछ दिनों से परेशान थे उन का हल आप को शीघ्र ही मिलने वाला है। चाबी का सुनहरा रंग इस बात का संकेत देता है कि इस हल से आप को आर्थिक लाभ होने की भी आशा है।

(११६) मातम

स्वप्न मुझे सपना दिखाई दिया कि मैं कुछ लोगों के साथ बैठा मातम कर रहा हूँ। पर मुझे यह ज्ञात नहीं कि कौन मर गया है। क्या यह सपना अजीब नहीं था ?

व्याख्या अजीब होने पर भी यह आप को किसी समस्या के निवारण में सहायक हो सकता है। अपने से ईमानदारी से यह प्रश्न पूछिए आप में कोई ऐसी

प्यारी आदत तो नही ह, जो आप की प्रगति म विघ्न डाल रही हो। यह आदत धूम्रपान, मद्यपान, आलस्य, झूठ बोलना, चोरी करना आदि कुछ भी करा सकती ह। आप के विवक ने इस सपने के माध्यम से आप को सकेत दिया ह कि यदि आप इस आदत का परित्याग कर दें, तो आप की प्रगति अबाध होगी। सपने में चूकि आप को ज्ञात नही था कि आप किस के लिए मातम कर रह हैं, इस लिए यह जाहिर है कि आप के चेतन मन को अभी तक ज्ञात नही ह कि आप की कौन सी आदत आप की प्रगति म बाधक ह? गहराई से आत्मनिरीक्षण करने पर (या किसी मानसशास्त्री द्वारा करवाने पर) इस आदत का पता आप को लग जायेगा।

(११७) बच्चे का सपना

स्वप्न मेरी आयु साठ वर्ष के लगभग ह। फिर भी मुझे यह सपना अक्सर दिखाई देता ह कि मैं गर्भवती हूँ और शीघ्र ही एक बच्चे को जन्म दूगी।

व्याख्या आप किसी बच्चे की नही, अपने नव जीवन की इच्छा अपने मन में सँजोये हुए हैं। आप के मन में या तो मृत्यु की कामना ह जिस के बाद आप को नया जीवन मिलेगा या यह कामना ह कि आप वर्तमान बन्धनों और जिम्मेवारियों से मुक्त हो जायें ताकि आप की नयी जिन्दगी की शुरुआत हो सके। ये बन्धन और जिम्मेवारियाँ कौन सी ह यह स्वय आप ही जान सकती हैं।

(११८) मकडी

स्वप्न क्या आप बता सकते हैं कि मुझे सपने म अक्सर मकडी क्यों दिखाई देती ह?

व्याख्या सपने म दिखाई पडी मकडी किसी ऐसे व्यक्ति का प्रतीक ह, जो चुपचाप रहता ह, पर मकडी की भाँति अप्रत्याशित क्षणों मे आप को आलोचना कर या आप को नुकसान पहुँचा कर आप पर वार करता हैं। यह व्यक्ति आप का बॉस, पिता या कोई भी हो सकता है। मकडी के बारे में यह प्रसिद्ध है कि वह अपने किसी प्रेमी को जीवित ही नही छोडती। यदि आप किसी निष्ठुर प्रेमिका से प्रेम करते ह, तो इस सपने के माध्यम से आप उस के असली रूप का ही दर्शन करते रहे ह। मकडी का महीन ताना बाना बुनने का गुण भी विख्यात है। इस प्रकार यह सपना इस बात का परिचायक भी हो सकता ह कि आप में सूक्ष्म चिन्तन और बारीकी से किये गये कार्यों के प्रति रुचि बढ़ती जा रही ह।

(११९) फौजी पोशाक

स्वप्न सपने में मुझे दिखाई दिया कि मेरा बेटा जो अभी सात आठ साल का ही ह फौजी पोशाक पहने मुझ से विदा लेने आया ह। मुझे याद नही पडता कि मैं ने या मेरी पत्नी न कभी उस फ़ौज में भेजने के बारे में सोचा हो। फिर यह सपना क्यों?

व्याख्या फौजी पोशाक अनुशासन और व्यवस्था का प्रतीक है। इस सपने में स्पष्ट है कि आप का वेग आप का कहा नहीं मानता और बहुत शैतान है। उसे अनुशासित करने तथा किसी नौकरी में व्यवस्थित करने की आप की इच्छा इस सपने में मूर्त हुई है। या शायद आप उस के स्वभाव और उस की शैतानियों से इतना अधिक परेशान हैं कि उस के घर से चले जाने पर आप को अधिक कष्ट नहीं होगा।

(१२०) युद्ध

स्वप्न सपने में मैं अपने को मध्ययुगीन युद्धों में भाग ले कर सेना-सचालन करते हुए देखता हूँ।

व्याख्या सपने में युद्ध के दृश्य दिखाई देना इस बात का संकेत है कि स्वयं आप के अंतर्मन में कोई संघर्ष छिड़ा रहता है। सपने में आप सेना संचालन भी करते हैं यह इस बात का द्योतक है कि आप लड़ झगड़ कर अपना रास्ता बनाने या दूसरों से अपनी बात मनवाने में विश्वास करते हैं। यदि इस युद्ध में आप की पराजय दिखाई दे तो इस का अर्थ यह होगा कि आप का अवचेतन इस बात को जानता है कि संघर्ष द्वारा आप अपनी आकांक्षापूर्ति में सफल नहीं हो सकेंगे। युद्ध में आप की जीत होने के अर्थ होंगे कि आप का अपनी संघर्ष नीति में पूरी आस्था है।

(१२१) बच्चे और बच्चे

स्वप्न सपना में बच्चों के दिखाई पड़ने के अर्थ क्या हो सकते हैं?

व्याख्या सपनों में दिखाई देने वाले बच्चों के प्रतीकों को समझना बड़ा मुश्किल काम है क्योंकि बच्चे अनेकानेक विचारों और भावनाओं को व्यक्त करते हैं। पूरा विवरण जाने बिना ऐसे सपनों की व्याख्या करना बड़ा जोखिम का काम है। पर साधारणतया सपनों में दिखाई देने वाले बच्चे इन विचारों और भावनाओं को व्यक्त करते हैं (१) यदि सपना देखने वाला व्यक्ति सपने में अपने आप को एक शिशु के रूप में देखे तो इस के अर्थ यह होंगे कि वह एक असहाय व्यक्ति है और दूसरों के हाथों में खेलता रहता है। (२) किसी महिला को सपने में बच्चे दिखाई दें, तो जाहिर है कि वह माता बनने की इच्छुक है। (३) यदि नये नये बने पिता को अपने बच्चे हमेशा रोते हुए ही दिखाई दें तो यह इस बात का संकेत है कि वह अपने बच्चे से इस कारण मन ही मन ईर्ष्या करता है कि अब उस की पत्नी का ध्यान उस के स्थान पर बच्चे की ओर अधिक रहता है। (४) यदि किसी महिला को कोई परिचित वयस्क बच्चे के रूप में दिखाई दे तो इस के अर्थ यह होंगे कि वह उस वयस्क की देखभाल करने की इच्छुक है। यदि यह बच्चा हमेशा रोता झगड़ता ही दिखाई दे तो यह समझना चाहिए कि वह महिला उस की देखभाल करने के विचार से प्रसन्न नहीं है। (५) हँसते हुए बच्चे के सपने इस बात का संकेत हैं कि सपना देखने वाले को

अपने बचपन के सुखी दिनों की याद आती है, और वह फिर उन दिनों को फिर से जीने का इच्छुक है।

(१२२) ऊंची दीवार पर चढ़ा प्रेमी

स्वप्न कुछ पहले मैंने एक अजीब सपना देखा कि मैं एक ऊँची दीवार पर चढ़ने की कोशिश कर रहा हूं। दीवार के ऊपर बैठा एक व्यक्ति जिस के मुझे सिर्फ हाथ दिखाई देते हैं, मुझे इस दीवार पर चढ़ने में मदद कर रहा है। तेज धूप की वजह से मुझे दीवार पर चढ़ने में बड़ी कठिनाई हो रही है।

व्याख्या कहीं ऐसा तो नहीं है कि आप गुप्त रूप से किसी व्यक्ति को प्रेम करती हैं, और उस से विवाह भी करना चाहती हैं लेकिन समाज, परिवार के लोग और उन के विचार आप को ऐसा नहीं करने देते। सपना बताता है कि आप चाहती हैं कि आप का प्रेमी प्रच्छन्न रूप से, इन बाधाओं को दूर करने में आप की मदद करे। व्यक्ति का सिर्फ हाथ ही दिखाई दे रहा है यह इस बात का संकेत है कि आप नहीं चाहती कि उस की आप को सहायता देने की बात का पता किसी को लगे।

(१२३) उड़नतश्तरी

स्वप्न मुझे सपने में दिखाई दिया कि मैं ने एक उड़नतश्तरी को पृथ्वी पर उतरते देखा है। इस उड़नतश्तरी पर सवार लोग मानवों से कुछ भिन्न होते हुए भी मानवों से अधिक मेहरबान लगे।

व्याख्या युंग ने कहीं कहा है कि उड़नतश्तरियां वे सपने अधिकतर उन्हीं लोगों को दिखाई देते हैं जो वास्तविक जीवन में अपने को अरक्षित और बेसहारा अनुभव करते हैं। आप को सपने की उड़नतश्तरी के लोग मेहरबान लगे यह युंग की धारणा की पुष्टि करता है। चूंकि आप अरक्षित और असहाय अनुभव करते हैं इस लिए चाहते हैं कि अन्य ग्रहों के लोग उड़नतश्तरियों से आ कर आप की मदद करें।

(१२४) रेगिस्तान में दिया

स्वप्न सपने में देखता हूँ कि एक विस्तृत रेगिस्तान में दिन में एक नन्हा सा दिया जल रहा है।

व्याख्या यह सपना इस बात का स्पष्ट संकेत है कि कोई समस्या आप को परेशान किये हुए है। उस का हल भी बड़ा सरल है, पर अभी तक वह आप की समझ में नहीं आ सका है। जब वह आप की समझ में आ जायगा, तब आप स्वयं कहेंगे कि इतना आसान हल पहले मुझे क्यों नहीं सूझा।

स्वप्न मुझे सपने बहुत कम दिखाई देते हैं मगर जब भी दिखाई देते हैं तब उन में पुल जरूर रहता है। सिर्फ एक बार मैं ने एक पुल को टूटते देखा था अन्यथा सभी पुल सुदृढ थे।

व्याख्या पुलों के सपने साधारणतया शुभ ही होते हैं। पुल किसी खतरनाक या अगम्य स्थान को पार करने में आप की सहायता करता है। वह अकसर सपने में तभी दिखाई देता है जब आप के सामने कोई कठिन समस्या उपस्थित हो और उस के हल के लिए आप को किसी सुदृढ और निर्भरणीय व्यक्ति या वस्तु की दरकार हो, या आप को उस की तीव्र कामना हो। पुल का टूटना इस बात का द्योतक है कि यद्यपि आप को ऐसी निर्भरणीय या सुदृढ वस्तु उपलब्ध हो जायेगी, पर अपनी गलती से आप उस का ठीक उपयोग नहीं कर पायेंगे।

●